

# ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

О.Г. Томащук

olena.tomaschuk@vnu.edu.ua

Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк

*Вступ.* Сьогодення характеризується значним реформуванням багатьох сфер нашого суспільства, а особливих змін, наразі, зазнає освіта. Зокрема, освітні реформи спрямовано на покращення процесу фізичного виховання учнівської молоді, врахування потреб у підвищенні рівня їхнього здоров'я та фізичної активності.

Ряд авторів зазначають, що організація та проведення уроків фізичної культури на сучасному науково-методичному рівні потребують від учителя пошуку інноваційних шляхів та методів реалізації освітнього процесу в школі. Значна увага повинна надаватись впровадженню новітніх інноваційних технологій в освітній процес закладів загальної середньої освіти, а саме нових варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури, які за умови використання простого інвентарю і обладнання допоможуть підвищити ефективність освітнього процесу й мотивацію здобувачів освіти до систематичних занять фізичними вправами та ведення здорового способу життя [1, 2].

Останнім часом набувають популярності серед учнів старших класів такі модні види рухової діяльності як кросфіт та хортинг. Унікальність кросфіту полягає у його варіативності, тобто кожне тренування істотно відрізняється від попереднього. При цьому, поєднуються вправи різної спрямованості, що в свою чергу дозволяє задіяти якомога більше м'язових груп, розвинути фізичні якості та різнобічно, гармонійно впливати на організм людини [3]. Одним із дієвих засобів фізичного та морально-етичного виховання дітей є хортинг – національний вид спорту України, заснований на культурних, оздоровчих і бойових традиціях українського народу. Він сприяє залученню підростаючого

покоління до загальнолюдських цінностей, формуванню внутрішньої культури особистості, її високих вольових якостей, навичок здорового способу життя, гармонійному фізичному розвитку дітей [4].

*Результати дослідження.* З метою визначення ставлення школярів 16-17 років до уроків фізичної культури та впровадження інноваційних засобів у їх проведення, а саме впровадження вправ кросфіту та елементів хортингу, нами було проведено анкетування. В опитуванні брали участь 45 учнів комунального закладу загальної середньої освіти «Луцький ліцей №25 Луцької міської ради».

У ході опитування встановлено, що 88 % респондентів не згодні з думкою, що уроки фізичної культури необхідні тільки для того, щоб отримати оцінку та підвищити середній бал.

У ході аналізу відповідей щодо зміни змісту уроків фізичної культури отримали наступні результати: вважають доцільним змінити 76 % учнів; не прагнуть до змін – 24 % респондентів. При цьому, 92 % учнів зазначили, що на сьогодні модно та престижно займатися спортом.

Аналізуючи відповіді школярів стосовно того чи займаються вони фізичними вправами та спортом у вільний час виявили, що лише 44 % дітей займаються, а 32 % респондентів – не займаються, 24 % школярів – займаються інколи.

Опрацювавши дані щодо популярності «модних» видів спорту, ми визначили, що учні старших класів надали перевагу таким видам: «кросфіт» – 22 %, «хортинг» – 21 %, «чирлідінг» – 16 %, «фітбол-аеробіка» – 10 %, «пілатес» – 12 %, «каланетика» – 4 % та 15 % вказали свій варіант (футбол, волейбол та бокс). Із запропонованих видів спорту 22 % та 21% учнів старших класів відмітили «кросфіт» та «хортинг» як один з найпопулярніших видів спорту серед молоді.

Слід відмітити, що важливим аспектом проведення анкетування було виявлення інтересу учнів 16-17 років до застосування інноваційних видів рухової активності на уроках фізичної культури, а саме вправ кросфіту та елементів хортингу.

*Висновки.* Використання інноваційних технологій в організації фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти та їх елементів допомагає збільшити обсяг рухової активності учнів, більш продуктивно й корисно вирішувати завдання процесу фізичного виховання, зміцнювати здоров'я та забезпечувати розвиток фізичних якостей, підвищувати інтерес школярів до занять фізичною культурою. Інтеграція вправ кросфіту та елементів хортингу у програму з фізичної культури може мати кілька важливих переваг для учнів: мотивація до занять фізичною культурою, покращення фізичної підготовленості, стимулювання спортивних досягнень, популяризація нових варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури.

#### *Джерела та література*

1. Бобицька А., Пиньковська Д., Томащук О. Чирлідінг як варіативний модуль навчальної програми з фізичної культури ЗЗСО. Актуальні проблеми розвитку природничих та гуманітарних наук [Текст] : зб. тез доп. VII Міжнародної науково-практичної конференції (10 листопада 2023 р.) / відп. ред. Голуб Г.С., Зінченко М. О. Луцьк, 2023. С. 445-446.

2. Дем'янчук О., Томащук О., Єрко І., Дем'янчук Д. Туризм, як засіб оздоровчої рухової активності школярів. Фізична активність і якість життя людини [текст]: зб. тез доп. V Міжнар. наук.-практ. конф. (8– 10 черв. 2021 р.)/уклад.: А. В. Цьось, С. Я. Індика. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2021. С. 21

3. Гапоненко Г., Романюк О., Ковальчук О. Кросфіт – система тренувань. Військова освіта: зб. наук. праць нац. ун-ту оборони України ім. Івана Черняхівського. 2018. С. 73-78.

4. Єрмоєнко Е. А. Хортинг у житті школяра : монографія. Київ, 2021. 500 с.