

**Залучення учнів
до здорового способу життя
та популяризація варіативних модулів
навчальної програми з фізичної культури
через всеукраїнський проект «JuniorZ»**

*Матеріали міжнародної
науково-практичної конференції*



Міністерство освіти і науки України
Державна наукова установа
«Інститут модернізації змісту освіти»
Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові (Польща)

**Залучення учнів
до здорового способу життя
та популяризація варіативних модулів
навчальної програми з фізичної культури
через всеукраїнський проект «JuniorZ»**

*Матеріали міжнародної
науково-практичної конференції*

ЛУЦЬК – 2019

УДК 796.011.1(063)

Рекомендовано до друку Вченою радою Волинського інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол № 3 від 23.05.2019 р.)

Редакційна колегія:

Олешко П. С., ректор, кандидат історичних наук, доцент (Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти);

Дикий О. Ю., кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри теорії та методики викладання шкільних предметів (Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти);

Цьось А. В., заслужений діяч науки і техніки України, перший проректор, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Дем'янюк О. Й., доктор історичних наук, професор, проректор з науково-педагогічної роботи та моніторингу якості освіти (Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти);

Вітюк В. В., кандидат педагогічних наук, доцент, проректор з науково-методичної роботи (Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти);

Ткачук Н. М., кандидат педагогічних наук, проректор з наукової роботи (Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти);

Коломоєць Г. А., науковий співробітник відділу цифрової освіти та ІКТ (ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти»);

Белікова Н. О., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Ребриня А. К., кандидат педагогічних наук, професор кафедри фізичної терапії, ерготерапії, заслужений працівник фізичної культури і спорту України (Хмельницький національний університет);

Малолепши Елігіуш, доктор габлітований, професор Академії імені Яна Длугоша (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові);

Вонцік Яцек, доктор габлітований, професор Академії імені Яна Длугоша (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові)

3-72 Залучення учнів до здорового способу життя та популяризація варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури через всеукраїнський проект «JuniorZ»: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (15–16 квітня 2019 р., м. Луцьк) / уклад.: О. Ю. Дикий. Луцьк: Волинський ІППО, 2019. 192 с.

Збірник містить наукові роботи учасників конференції. Матеріали представляють узагальнені результати досліджень у напрямку теоретичних та практичних аспектів залучення учнів до здорового способу життя.

Матеріали подаються мовою оригіналу. За достовірність фактів, статистичних та інших даних, точність формулювань і висновки несуть відповідальність автори матеріалів.

УДК 796.011.1(063)

© Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти, 2019

© Дикий О. Ю. (укладання), 2019

<i>Жанна СОТНИК, Дарія СИНІЦЯ, Вікторія ПЕТЕРЧУК</i> Впровадження знань з олімпійської освіти під час проходження студентами педагогічної практики.....	106
<i>Андрій ЛЕОНЕНКО</i> Формування готовності старшокласників до дій в екстремальних ситуаціях засобами фізичної культури.....	109
<i>Олена СУПРУНЕНКО</i> Впровадження здоров'язберезувальних технологій на уроках фізичної культури в початковій школі.....	111
<i>Наталія БАШАВЕЦЬ, Віталій ТЕРТИШНИЙ, Крістіна АНДРОСОВА</i> Формування здорового способу життя учнів початкової школи.....	116
<i>Наталія ПОЛЩУК</i> Формування толерантного ставлення до ВІЛ-інфікованих дітей у системі освіти.....	119
<i>Ірина ХІВРИЧ</i> Фактори, які сприяють формуванню здорового способу життя у студентської молоді.....	124
<i>Світлана ЦИБУЛЬНИК</i> Методи формування здоров'язберезувальної компетентності особистості на уроках фізичної культури.....	128
<i>Ірина ЧЕМЕРИС</i> Тренінгові заняття як один зі шляхів підвищення рівня здорового способу життя сучасних учнів.....	137
<i>Інна ШНИТ</i> Особливості позааудиторної роботи з фізичного виховання у закладах вищої освіти.....	140
<i>Євгенія ШОЛОХОВА</i> Використання пілатес-вправ на заняттях фізичного виховання.....	143
РОЗДІЛ II. Популяризація варіативних модулів навчальної програми з фізичної культури	
<i>Наталія БЄЛІКОВА, Світлана ІНДИКА, Світлана ПОДУБІНСЬКА, Ірина СЕМЕНОВА</i> Особливості впровадження варіативної складової навчальної програми з фізичної культури у 5-9 класах.....	148
<i>Тетяна ГНІТЕЦЬКА, Надія КОВАЛЬЧУК, Олександра ГОЛУБ</i> Вуличні види гімнастики як варіант навчального модуля з фізичної культури у закладах середньої освіти.....	152
<i>Галина ЄДНАК, Валерій ЄДНАК</i> Корфбол як засіб оздоровлення та підвищення інтересу учнів до уроків фізичної культури....	155
<i>Олександр ШЕВЧУК, Ольга РОДА</i> Сучасні тенденції розвитку кіберспорту в Україні.....	157



УДК 796.32

*Галина ЄДНАК,
методист (Тернопільський обласний комунальний інститут
післядипломної педагогічної освіти);
Валерій ЄДНАК,
кандидат педагогічних наук, доцент
(Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка)*

КОРФБОЛ ЯК ЗАСІБ ОЗДОРОВЛЕННЯ ТА ПІДВИЩЕННЯ ІНТЕРЕСУ УЧНІВ ДО УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Актуальність. Однією з найважливіших складових здорового способу життя і стилю життя, особливо в підлітковому періоді, є сформована повноцінна фізкультурно-оздоровча рухова діяльність. Проблема дотримання здорового способу і стилю життя тісно пов'язана із системою виховання в школі та сім'ї [2].

Останнім часом спостерігається зниження інтересу в учнівській молоді до змісту занять фізичною культурою. Однією з причин є те, що кількість засобів, що використовуються на уроках фізичної культури перетворилося в стандартно-обмежене коло фізичних вправ. І цей факт багато в чому сприяє розвитку негативного ставлення учнів до занять фізичною культурою і спортом.

Розробка ефективних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я підростаючого покоління, в даний час – найважливіша соціальна задача.

Вирішити дану проблему можна шляхом введення в програмовий матеріал нових сучасних видів спорту та їх елементів, що дозволить по-новому проявити себе багатьом учням, що безсумнівно, позначиться на їх соціалізації в шкільному середовищі, підвищиться інтерес школярів до уроків фізичної культури, збільшиться рухова активність, розширяться знання в області фізичної культури і спорту [1]. Одним з таких засобів фізичного виховання може стати корфбол.

Мета дослідження. Проаналізувати теоретичні аспекти впровадження гри корфбол в уроки фізичної культури.

Метод дослідження. Вивчення і теоретичний аналіз доступних літературних джерел.

Результати досліджень та їхнє обговорення. До ігрових видів спорту діти виявляють особливий інтерес. Вони приваблюють їх своєю емоційністю, різноманітністю сюжетів і рухових завдань, в яких є можливість задовольнити властиве дітям прагнення до рухів. В іграх навчаються швидко і правильно реагувати на ситуацію, що часто змінюється. Під час гри діти діють згідно з правилами, які є обов'язковими





для всіх учасників. Правила регулюють поведінку гравців і сприяють вихованню взаємодопомоги, колективізму, чесності, дисциплінованості.

Корфбол – це всесвітньо визнана змішана командна гра, що є різновидом одного з найпопулярніших видів спорту – баскетболу. Гра дозволяє не тільки підвищити рухову активність підлітків, але і вирішити цілий комплекс соціально-педагогічних завдань щодо формування особистості учня і його соціалізації, оптимізації відносин між хлопчиками і дівчатками, залученню їх до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

Однією основною відмінністю корфболу є те, що обладнання яке використовується для гри є досить простим і складається з двох стійок із закріпленими на них кошиками на висоті 3,5 м. Для навчання і змагання дітей до 12 років використовують телескопічний або розбірний варіант стійок з можливістю їх трансформації на висоту 2,5 м і 3 м. При цьому будь-який варіант стійок легко переноситься однією людиною.

Використання гри корфбол дозволяє вирішувати триєдині завдання фізичного виховання:

освітні – отримання спеціальних знань, необхідних для організованих і самостійних занять з корфболу, освоєння основ техніки переміщень і стійок, ловіння, передачі, кидків м'яча в кошик, правил гри корфбол, знань, умінь і навичок, необхідних для забезпечення безпеки під час самостійних занять корфболом, початкове навчання тактичних дій і навичок формування здорового способу життя засобами корфболу;

виховні – сприяння гендерному вихованню підлітків обох статей, становленню і розвитку потреби у ставленні до власного здоров'я та здоров'я оточуючих як до цінності; виховання позитивних рис характеру, таких як дисциплінована поведінка, колективізм, чесність, чуйність, сміливість, наполегливість в досягненні мети, шанобливе ставлення до осіб протилежної статі; розвиток швидко-силових якостей, координаційних і кондиційних здібностей, підвищення розумової працездатності й логіки мислення; прищеплення стійкого інтересу до занять корфболом;

оздоровчі – зміцнення здоров'я та сприяння правильному фізичному розвитку і різнобічній фізичній підготовленості, зміцнення опорно-рухового апарату, розвиток швидкості, спритності, гнучкості, профілактика сколіозу та інших захворювань, стресових станів засобами корфболу [1].





Важливе значення корфбол відіграє у вихованні та підготовці хлопчиків і дівчаток, юнаків і дівчат до дорослого життя, вихованні шанобливого ставлення один до одного, як в грі, так і в реальному житті. Корфбол розвиває координаційні здібності, швидко-силові якості, спритність та позитивно впливає на розвиток периферичного зору.

Висновок. Новизна варіативного модулю «Корфбол» для школярів, може стати додатковим стимулом до занять як на уроках фізичної культури так і в позаурочний час, а це значить, що підвищиться їх інтерес до рухової активності та до зміцнення здоров'я.

Список використаних джерел

1. Алексеев С. М., Алексеев А. М. Корфбол как эффективное средство повышения двигательной активности и социализации подростков. *Здоровый образ жизни – основа профессионального и творческого долголетия: материалы Междунар. науч.-метод. конф.*, Минск, 29–30 янв. 2009 г. Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2009. С. 6–8.
2. Фізична культура в школі: навч. програма для 5–9 кл. загальноосв. навч. закл. Київ: Літера ЛТД, 2018. 368 с. Варіативний модуль «Корфбол».