

РУХОВИЙ КОМПОНЕНТ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ

*Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

Анотація. У публікації обґрунтовується значення впровадження олімпійської освіти в навчальний процес загальноосвітніх навчальних закладів для підвищення рухової активності школярів. Описані позаурочні форми олімпійської освіти школярів, які містять руховий компонент.

Ключові слова: олімпійська освіта, система олімпійської освіти, руховий компонент олімпійської освіти.

Annotation. The publication substantiates the importance of the introduction of Olympic education in the educational process of secondary schools to increase the physical activity of students. The extra-curricular forms of the Olympic education of pupils containing the motor component are described.

Keywords: Olympic education, system of Olympic education, motor component of Olympic education.

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що урочна форма не забезпечує повністю необхідного обсягу рухової активності та бажаного тренувального ефекту. Дотепер актуально залишається проблема збільшення рухової активності учнів загальноосвітніх шкіл. Одним із шляхів збільшення рухової активності учнівської молоді є впровадження олімпійської освіти в навчальний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

Мета роботи – обґрунтувати значення впровадження олімпійської освіти в навчальний процес загальноосвітніх навчальних закладів для підвищення рухової активності школярів.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Складовою здорового способу життя людини є рухова активність. Рівень рухової активності в шкільному віці залежить від організації фізичного виховання в школі, участі дітей в спеціально-організованих та самостійних заняттях фізичною культурою у позанавчальний час [1; 2]. Проте навіть у найсприятливіших умовах на практиці загальноосвітня школа не в змозі забезпечити необхідний обсяг рухової активності, тому фактична спеціально-організована рухова активність обмежується 3-4 годинами на тиждень, що становить приблизно 30% гігієнічної норми [3].

З метою збільшення рухової активності учнів загальноосвітніх шкіл Т. Ю. Круцевич, Є. Н. Приступа, О. В. Андрєєва рекомендують

впроваджувати у процес фізичного виховання школярів сучасні оздоровчо-рекреаційні технології (туристичні походи, рухливі ігри, прогулянки на свіжому повітрі, активне дозвілля тощо).

Проблема пошуку резервів для зміцнення здоров'я підростаючого покоління засобами шкільного фізичного виховання знайшла своє відображення в Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» [4], Концепції державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури та спорту в Україні на період до 2020 року [5]. Виконання заходів зазначених нормативних документів, насамперед, має створити умови для залучення широких верств населення до масового спорту як важливої складової здорового способу життя та зміцнення здоров'я нації.

Результати всеукраїнського опитування свідчать, що на початку XXI століття достатній рівень оздоровчої рухової активності (не менше 4 - 5 занять на тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише 3% населення віком від 16 до 74 років, середній рівень (2 - 3 заняття на тиждень) - 6%, низький рівень (1 - 2 заняття на тиждень) - 33% населення. Для більшої частини дорослого населення характерною є гіпокінезія. Серед дітей зростає популярність малорухомого способу проведення дозвілля [4].

Необхідний обсяг рухової активності дітей є вирішальною гарантією виховання всебічно розвиненого, здорового підростаючого покоління. Як свідчать численні дослідження, завдяки достатньому обсягу рухової діяльності діти всіх вікових груп мають добре здоров'я, фізичний розвиток та швидше засвоюють фізичні вправи.

Останнім часом в Україні спостерігається позитивна тенденція до зростання кількості осіб, які використовують різні види та форми оздоровчої рухової активності. Враховуючи викладене, на сьогодні актуальним є модернізація в навчальних закладах системи фізичного виховання, яке має бути органічно поєднано з іншими компонентами здорового способу життя; впровадженням олімпійської освіти в навчальний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

Олімпійська освіта, мета якої – залучення дітей і молоді до ідеалів і цінностей олімпізму, займає все більш важливе місце в системі освіти, виховання й навчання підростаючого покоління [6; 7; 8]. У багатьох країнах реалізуються програми олімпійської освіти для школярів, студентів та інших груп населення.

Залучення дітей і молоді до ідеалів олімпізму, що орієнтовані на загальнолюдські, гуманістичні духовно-моральні цінності, зв'язані зі спортом, особливо важливо в сучасних умовах нашої країни – з урахуванням руйнування колишніх ідеологічних стереотипів, а також урахування надмірний прагматизм, який охопив частину молоді, нігілізм і байдужність до духовних цінностей [6].

В Україні, завдяки плідній співпраці Національного олімпійського комітету та Олімпійської академії України, широко розгалужена та

чітко налагоджена система олімпійської освіти, яка включає науково-дослідну, освітню й видавничу діяльність в сфері олімпійського спорту. У профільних закладах вищої освіти створені регіональні центри олімпійських досліджень й освіти (проведення дисертаційних досліджень; підготовка магістерських робіт, написання курсових та дипломних робіт; питання з олімпійської освіти включені, переважно, у викладання профільних навчальних дисциплін; наявність кабінетів олімпійської освіти, олімпійських музеїв; спортивно-масова робота під олімпійським гаслом; зустрічі з видатними спортсменами-олімпійцями, ветеранами олімпійського руху).

Суттєвою складовою впровадження олімпійської освіти в навчальних закладах є проведення конференцій, семінарів, круглих столів, конкурсів, олімпіад з питань олімпійської освіти.

Впровадження системи олімпійської освіти в навчальний процес загальноосвітніх закладів дозволяє вирішувати не лише освітні та виховні, але й оздоровчі завдання. Одним із шляхів впровадження олімпійської освіти в навчальні заклади є організація і проведення рухової діяльності [9]

З 2004 року спільними зусиллями НОК, ОАУ і Міністерства освіти і науки України проводяться щорічні олімпійські уроки і олімпійські тижні, в програмі яких різноманітні заходи: змагання з дотриманням олімпійських ритуалів і церемоній, вікторини, конкурси, «круглі столи», конференції, диспути і ін. До проведення цих заходів залучаються олімпійські медалісти, ветерани спорту та олімпійського руху, тренери, спортивні журналісти.

До позаурочних форм олімпійської освіти школярів, що містять руховий компонент, Єрмолова В.М. включає також Малі олімпійські ігри, Олімпійський день, заняття у спортивних секціях із видів спорту, спортивні змагання, заняття у групах спортивного спрямування, туристично-екскурсійна робота [9, с.140]. Проведення малих Олімпійських ігор або Олімпійського тижня також відбувається з дотриманням олімпійських ритуалів, організовуються зустрічі з учасниками та медалістами Олімпійських ігор, видатними тренерами та ветеранами спорту, представниками засобів масової інформації, творчою інтелігенцією, яка за своєю діяльністю пов'язана зі спортивною тематикою.

Підвищує рухову активність учнівської молоді і такий спортивно-видовищний захід як «Олімпійське лелечення», мета якого пропаганда здорового способу життя, поширення ідей олімпізму, розвиток олімпійського руху шляхом залучення якомога більшої кількості дітей та юнацтва до занять спортом, організація змістовного дозвілля.

Національний олімпійський комітет України спільно з Всеукраїнським центром фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» у літній канікулярний період організовують Всеукраїнські фізкультурно-оздоровчі старты для дітей «Олімпійське літо». Метою літніх розваг вони визначили залучення дітей і молоді до

систематичних занять фізичною культурою та спортом, організацію активного відпочинку, популяризацію олімпійських цінностей і досягнень вітчизняних атлетів у сучасному спорті. Під час літніх канікул змагання відбуваються на стадіонах, спортивних майданчиках, в оздоровчих таборах, у парках та місцях масового відпочинку і проживання дітей.

Отже, впровадження різноманітних форм олімпійської освіти в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів має не лише освітнє та виховне значення, але й оздоровче, оскільки підвищує рухову активність учнівської молоді.

Список літератури:

1. Венглярський Г.Б. Рухова активність як стимулятор розвитку організму. Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів і студентів України : зб. наук. статей галузі фіз. культ. і спорту. Суми : СумДПУ, 2004. С.178-183.
2. Долбишева Н. Рівень рухової активності, як фактор фізичного здоров'я дітей старшого шкільного віку. Молода спортивно наука України : зб.наук.статей з галузі ФК і С. Вип. 7. Львів : НВФ «Укр. технології», 2003. Т.2. С. 117-120.
3. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания : уч. пособие. Киев : 1999. 231 с.
4. Указ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» від 9.02.2016 №42/2016. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>
5. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» від 01.03.2017 №115. URL: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>
6. Булатова М. М. Система олімпійської освіти в Україні. Фізичне виховання в школі. 2008. № 1. С. 40-43.
7. Георгиадис К. Теоретические основы олимпийского образования. Наука в олимпийском спорте. Київ, 2007. № 2. С. 3-16.
8. Городинський С.І., Ібрагімова Л.С. Особливості впровадження олімпійської освіти у навчальний процес в Україні. Молодий вчений. № 3.1 (43.1). Березень, 2017. С.99-102.
9. Ермолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика : навч. посіб. Київ, 2011. 335 с.