

корекції порушень постави учнів загальноосвітніх середніх закладів. Так, за даними О. Сидорко [4], спеціальні вправи в умовах водного середовища забезпечують природне розвантаження хребта з одночасним тренуванням м'язів, задіяних у підтримці правильної постави дитини. Це особливо актуально з огляду на значне поширення порушень постави серед сучасних школярів, що констатують фахівці.

При цьому, існують свідчення [3], що з метою корекції порушень постави найбільш доцільним способом плавання є брас на грудях, при якому кінцівки виробляють асиметричні рухи, що сприяє вирівнюванню асиметрії хребта та кінцівок та позитивно впливає на всі м'язи спини та м'язи черевного преса.

Водночас, можна стверджувати, що заняття плаванням обумовлює підвищення показників фізичної підготовленості у дітей середнього шкільного віку, зокрема їх швидкісної витривалості [1].

Висновок. Широке коло проблем у стані здоров'я школярів можна розв'язати засобами оздоровчого плавання, серед яких підвищення опірності організму дітей до захворювань, профілактика й корекція порушень постави, сприяння гармонійному розвитку, удосконалення діяльності основних функціональних систем організму школярів.

1. Копилов ПІ. Аналіз методик здоров'яформуального навчання плавання молодших школярів. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2016;10(80):55-8.

2. Ляшенко В, Зубко В. Особливості підвищення швидкісної витривалості у дітей середнього шкільного віку, які займаються плаванням. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2021;4(134):84-87.

3. Маковій МЮ. Оздоровчий вплив плавання на організм людини. В: Мат. конференції «Актуальні питання сучасної науки». м. Одеса, 3-4 червня 2016 р. С. 89-91.

4. Сидорко О, Кіндзера А, Островська Н. Оздоровче плавання як засіб профілактики порушень постави дітей середнього шкільного віку: [ел. ресурс]. Режим доступу [https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/18740/1/-Sydorko%20O.\(1\).pdf](https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/18740/1/-Sydorko%20O.(1).pdf). Цит. (16.02.2023).

5. Яворська ТЄ, Крук АЗ. Ефективність впровадження занять з плавання в навчально-виховний процес дітей середнього шкільного віку. Materiály X mezinárodní vědecko - praktická konference «Moderní vymoženosti vědy – 2014». 2014;26:11-13.

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ У ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Ярмоленко М. А.¹, Жуков В. О.², Ковальчук Н.В.³

¹ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

² Національний університет «Києво-Могилянська академія», Київ

³ Київський національний університет культури і мистецтв, Київ

Вступ. Сьогодні інноваційні ідеї та практики активно використовуються для вдосконалення освітнього процесу в закладах освіти. Здійснюється швидкий розвиток мережевих, мультимедійних та інших технологій з метою покращення якості життя людини, освіти тощо. Інноваційна освіта – надання можливості передавати нові знання здобувачам на більш високому рівні та розвивати їхні таланти [4].

Враховуючи реалії сьогодення, існує гостра необхідність у розробці більш комплексних та динамічних програм з багатьох предметів, в тому числі з фізичного виховання [1]. Це дозволить учасникам освітнього процесу змінити ставлення до фізичної активності та краще усвідомити значення здорового способу життя. Головна мета сьогодення в освітньому просторі – зацікавити студентів у руховій активності так, щоб вони прагнули займатися нею на перервах, після занять в секціях спортивного вдосконалення та у вільний час сидючи

Матеріали VI Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії, 31 травня 2023 року

вдома. Саме тому, актуальним питанням є вивчення теоретичних засад, успішних практик та перспектив впровадження інноваційних підходів на практичних заняттях з фізичного виховання в ЗВО.

Мета роботи – оптимізація дисципліни «Фізичне виховання» шляхом аналізу перспектив впровадження в практику інноваційних підходів організації навчального процесу, що вплинуть на його якість.

Методи дослідження. Аналіз науково-методичної літератури та інтернет-ресурсів, спостереження та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Автори [3, 4] встановили, що приблизно дві третини молоді мають недостатню фізичну активність щоб підтримувати своє здоров'я. Відсоток ожиріння серед населення викликає занепокоєння – у світі показник сягає 10 %; у регіонах Азії та Тихого океану – 5,1 %; США – 31,8 %; Європі – 19,6 %. Також зазначається, що близько двох мільйонів смертей щорічно в усьому світі відбувається саме через недостатню фізичну активність. Представники Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) у своїх звітах відмітили, що гіподинамія є одним з найпоширеніших глобальних факторів ризику появи хронічних захворювань. Також члени ВООЗ рекомендували зробити більший акцент на шкільну фізичну культуру, фізичне виховання і спорт [3].

Актуальною проблемою дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО є достатньо низький рівень застосування викладачами інноваційних підходів при проведенні практичних занять. Відповідно науковим дослідженням авторів [1, 2], застосування нових і цікавих форм організації практичних занять дозволяє вдосконалювати різноманітні рухові навички та вміння, посилювати інтерес, як особистий, так і працювати в команді. Аналіз наукових праць авторів [1, 2, 4] показав, що при даному підході організації занять, підвищується якість навчального процесу, студенти, при цьому, стають уважнішими та відчувають себе комфортніше в групі. Враховуючи позитивний міжнародний досвід впровадження інноваційних підходів на заняттях з фізичного виховання та гедоністичну функцію фізичної культури, здобувачі вищої освіти зможуть стати вмотивованими та навчитися створювати спортивні середовища самостійно, залучаючи до участі в них родичів, друзів і знайомих.

У цьому контексті інновація викликає інтерес як нова парадигма організації навчального процесу, в якій викладачі можуть досконало керувати, застосовуючи індивідуальний підхід до кожного учасника освітнього процесу, впроваджуючи інноваційні продукти, форми, методи, розробки, програми [2]. При цьому, вони в достатній мірі мають володіти необхідними ресурсами та мають змогу їх використовувати.

Сьогодні науковці [1, 4] відмічають тенденції щодо негативного ставлення деяких учасників освітнього процесу до дисципліни «Фізичне виховання» через певні причини: застаріла матеріально-технічна база ЗВО, низький рівень викладання, відсутність інноваційних технологій у навчальному процесі через фінансові, мотиваційні, кваліфікаційні проблеми тощо. Фізичне виховання – практична та інтелектуальна дисципліна, яка акцентує увагу на мистецтві та науці правильності виконання рухових дій і є частиною структури здорового способу життя, а тому науково-педагогічні працівники, які забезпечують навчальний процес, мають мати високий рівень кваліфікації та мотивації, приділяючи особливу увагу інноваційним технологіям у навчальному процесі. Це означає продукування ідей, що відкривають нові можливості та перспективи вдосконалення системи освіти.

Перш за все, втілення інноваційних підходів у навчальному процесі з фізичного виховання має розпочинатися з забезпечення належних та безпечних умов провадження освітньої діяльності. Спортивний одяг, взуття, інвентар та приміщення мають відповідати всім необхідними стандартам безпеки. Викладачі мають володіти і вміти доступно пояснити правила користування спортивним інвентарем, а кращий ефект досягається в разі володіння сучасними мультимедійними пристроями, які мають бути розміщені в спортивних та тренажерних залах для наочного використання. Спортивні приміщення у ЗВО мають бути забезпечені динаміками, бездротовими мікрофонами, мультимедійними проекторами та

іншими сучасними технологіями, які значно розширяють можливості проведення практичних занять, підвищуючи їх безпеку та ефективність.

Враховуючи той факт, що предмет «Фізична культура» викладається в закладах середньої освіти в достатньому обсязі, в деяких випадках результати є незадовільними і потребують покращення, а не всі ЗВО мають кафедри фізичного виховання, а тому існує нагальна необхідність забезпечити доступ всіх учасників освітнього процесу до занять, змінивши навчальні плани та програми таким чином, щоб вони були на одному рівні з міжнародними і відповідали всім наявним стандартам. Також велике значення у популяризації фізичного виховання відіграє проведення спортивних заходів і змагань національного рівня (шкільних, студентських універсіад з видів спорту тощо). Ці заходи є важливими у формуванні зацікавленості та популяризації фізичної культури серед населення, зміцненні національного та громадського духу, а також у відборі спортсменів для представлення нашої країни на міжнародних спортивних змаганнях.

Висновки. Таким чином, навчальний процес з фізичного виховання потребує вдосконалення: навчальних планів і програм з дисципліни; курсів підвищення кваліфікації викладачів щодо оволодіння новими знаннями та технологіями в освітньому процесі; матеріально-технічної бази більшості ЗВО.

З метою підвищення інтересу у здобувачів вищої освіти до дисципліни «Фізичне виховання» доцільно використовувати інноваційні підходи організації занять, які включають: сучасні форми проведення занять, що популярні серед студентів; широкий спектр новітніх технологій, які сприяють формуванню безпеки, зацікавленості та вмотивованості займатися фізичною культурою; отримання цікавого досвіду занять з використанням фізичних вправ і грамотні рекомендації науково-педагогічних працівників щодо їх виконання; планування завдань у форматі змагальних челенджів, що сприятимуть формуванню потреби до самостійних практичних занять; реалізацію творчого підходу за допомогою спілкування тощо.

1. Ярмоленко МА, Жуков ВО. Використання неформального підходу у фізичному вихованні студентів у закладах вищої освіти. В: Мат. IV Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю. Київ (НУФВСУ). 2021. С. 80-82.

2. Ярмоленко МА, Шинкарук ОА., Максименко ВВ. Особливості використання технології віртуальної реальності у підготовці спортсменів. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2022;2:143-147.

3. Kilborn M, Lorusso J, Francis N. An analysis of Canadian physical education curricula. European Physical Education Review. 2016;22(1):22-44.

4. Ravi Kumar Innovations in sports and physical education classes. International Journal of Physical Education, Sports and Health. 2017;4(1): 273-276.