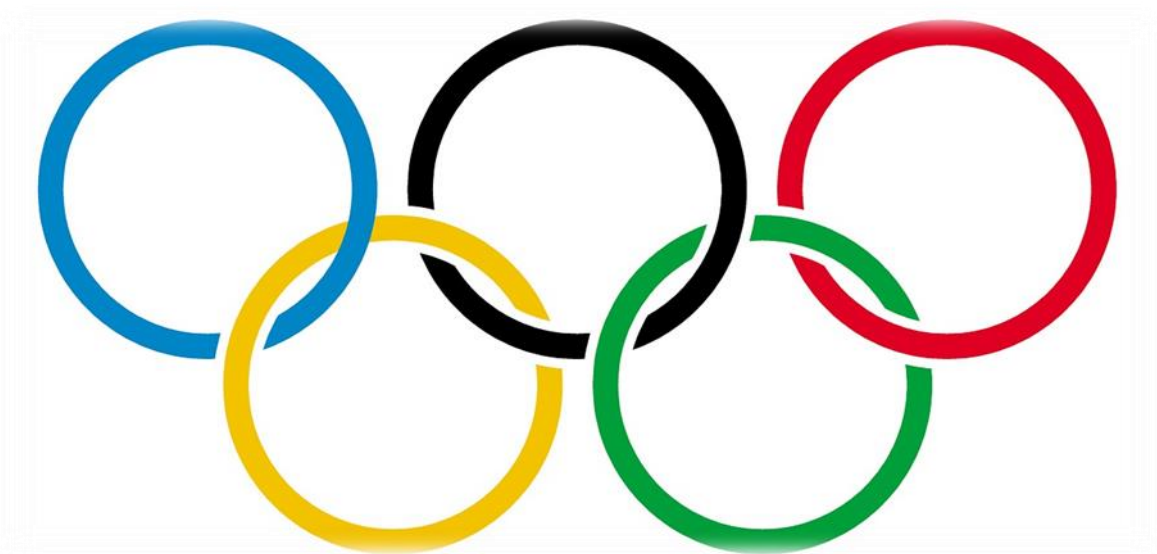


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ САДІВНИЦТВА

Факультет лісового і садово-паркового господарства

Кафедра фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін



**ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГІЧНИЙ ВПЛИВ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ
СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

**Матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції
(07 червня 2023 року)**

Умань

2023

1

УДК 37.015:796/799:159.9
ББК 74.0:88.6:75

*Рекомендовано до друку методичною комісією
факультету лісового і садово-паркового господарства
Уманського національного університету садівництва
(протокол № 8 від 10.05.2023 року)*

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

О. О. Непочатенко - ректор Уманського НУС, д.е.н., професор;

В. П. Карпенко – проректор з наукової інноваційної діяльності Уманського НУС, доктор с.-г. наук, професор;

Ю. М. Мороз- зав. кафедри фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін Уманського НУС, кандидат педагогічних наук, доцент;

І. Ф. Чернобаб – доцент кафедри фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін Уманського НУС, кандидат педагогічних наук

Л. А. Осадча - доцент кафедри фізичного виховання та психолого-педагогічних дисциплін Уманського НУС, кандидат психологічних наук.

Відповідальний секретар **Осадча Л. А.**

Редакційна колегія не несе відповідальності за достовірність представлених авторами матеріалів.

Психолого – педагогічний вплив фізичного виховання на формування оздоровчого потенціалу сучасної молоді: матер. Всеукр. наук. інтер.- конф. (07 червня 2023 року) / - Умань : 2023. - 96 с.

УДК 37.015:796/799:159.9
ББК 74.0:88.6:75

© Уманський національний університет садівництва, 2023

ЗМІСТ

1. Мороз Ю. М. <i>Значення оздоровчого фактору у розвитку фізичної культури</i>	5
2. Осадча Л. А. <i>Психологічна профілактика стресів в студентському середовищі</i>	9
3. Чорнобаб І.Ф. <i>Педагогічна взаємодія як основа системного підходу у педагогіці та дидактиці вищої школи</i>	13
4. Гребінюк Н.М. <i>Наукове обґрунтування системи «фізичної освіти» П.Ф. Лесгафтом та її підпорядкованість фізіологічним та анатомічним закономірностям</i>	16
5. Голубєв Ю.В. <i>Технологічний підхід до формування й реалізації змісту фізичного виховання студентів</i>	20
6. Бурба В.І. <i>Проблеми розвитку студентського спорту України у XXI столітті</i>	23
7. Вахоцька І.О. <i>Особистісні передумови професійної підготовки психолога в спорті</i>	26
8. Перепелюк Т. Д. <i>Розвиток психологічної теорії в змісті сучасних знань дисциплін фізичного виховання</i>	29
9. Николюк Н. П. <i>Проблеми забезпечення якісного рівня освіти</i>	33
10. Ковтун Т. І. <i>Ціннісні установки ідеального профілю сучасного фахівця з фізичного виховання</i>	37
11. Корж Ю.М. <i>Технологічний підхід до формування й реалізації змісту фізичного виховання студентів</i>	41
12. Шапочка С.Г. <i>Психофізіологічні особливості нейродинамічних функцій у спортсменів-дзюдоїстів</i>	44
13. Мазуренко В.Д. <i>Вплив біологічних і соціальних чинників на формування особистості спортсмена</i>	47
14. Осадча Л. А. <i>Риси ефективного лідера в спорті</i>	50

15. Мороз Ю. М., Tomasz Buczkowic. <i>Оздоровче середовище – важлива педагогічна складова розвитку учнівської молоді в загальноосвітньому навчальному закладі</i>	53
16. Мороз Ю. М. , Мороз В. <i>Розвиток та становлення рекреаційної сфери як галузі</i>	57
17. Мороз Ю.М., Ясько Л. <i>Особливості патріотичного виховання молоді в умовах професійно підготовки майбутніх фахівців</i>	62
18. Moroz Yuri, Ivanna MOROZ. <i>Peculiarities of the implementation of physical recreation in a modern educational institution</i>	69
19. Мороз Ю.М., Чумак Яна. <i>Формування засад здорового способу життя</i>	75
20. Мороз Ю.М. Маліборський М. <i>Здоров'язберезувальний напрям роботи сучасного навчального закладу середньої освіти</i>	78
21. Мороз Ю.М., Рожеченко В. <i>Оздоровчі тенденції процесу розвитку та становлення сучасної молоді</i>	81
22. Бердник І. О. <i>Фізичне виховання студентів під час воєнного стану</i>	84
23. Сорокопуд Н.П. <i>Соціальні мережі як сучасний засіб популяризації боротьби самбо</i>	87
24. Шабатіна О. А. <i>Психологічна та моральна підготовка спортсмена</i>	90

*Мороз Юрій Миколайович, канд.пед.н.,
Уманський національний університет садівництва
Михайло Маліборський, вчитель-методист,
НВК «Школа I ступеня – гімназія ім. Митрополита А. Шептицького»*

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИЙ НАПРЯМ РОБОТИ СУЧАСНОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Природна й культурна еволюція людства заснована на виділенні ядра фундаментальних цінностей, серед яких найважливішими є життя й здоров'я. Без них була б неможливою трансформація основних форм живої матерії в соціальні, перетворення людини в активного, свідомого суб'єкта історичного процесу [2]. Турбота про збереження життя й зміцнення здоров'я своїх громадян входить у сферу найважливіших завдань суспільства, розв'язання яких забезпечує політичну стабільність і національну безпеку будь-якої держави. У центрі проблем здоров'я стоять кількісні і якісні характеристики майбутнього людства й навіть саме його подальше існування як біологічної й соціальної системи.

Багатовіковий досвід життєтворчості, котрий передається від покоління до покоління, утвердив розуміння й визнання того, що в багатоманітному спектрі людських цінностей першочергове, домінантне місце займає здоров'я. Саме ним зумовлені найбільш значущі особливості людини як особистості, специфіка її соціальних взаємин, тривалість і якість життя. На сучасному етапі розвитку педагогічної науки однією з провідних залишається проблема всебічного розвитку особистості, в тому числі й фізичного. Особливе місце в цьому процесі належить оздоровленню молодших школярів, які перебувають у соціально-віковому періоді, надзвичайно сприятливому щодо формування стійких психічних та фізичних особливостей, здатних у подальшому визначити життєвий вибір людини, її долю [1].

Особливості сучасних умов життя, швидкий темп розвитку техніки, модернізація навчальних і трудових процесів, ріст інформації пред'являють до організму дитини високі вимоги. Пластичність функціональних систем здорової дитини сприяє порівняно швидкій їх адаптації до різноманітного впливу навколишнього середовища. І навпаки, незначні відхилення в стані здоров'я дитини приводять до того, що організм не завжди адекватно реагує на навчальне навантаження. Недостатня рухова активність приводить до функціональних розладів, а потім – і до хронічних захворювань. В школах недостатньо активно проводяться фізкультурно-оздоровчі заходи серед учнів. Фізичне і розумове навантаження повинні відповідати віковим і функціональним можливостям учнів, а відпочинок – забезпечувати найбільш ефективне відновлення працездатності [3]. Тільки тоді режим дня буде відповідати гармонійному розвитку і зміцненню здоров'я школярів. Вік від 5 до 10 років є найбільш сприятливим для розвитку головних фізичних якостей і координаційних здібностей, формування підґрунтя майбутнього потенціалу здоров'я, виховання звички і любові до занять спортом, і особливо саме в молодшому шкільному віці, в зв'язку із слабким рівнем здоров'я, відбуваються неповоротні негативні процеси в організмі, які потім негативно впливають і на весь процес становлення організму. Несприятливий вплив на дитячий організм може мати надмірна активність рухової діяльності учня протягом тривалого часу [4]. Лише свідоме регулювання рухової діяльності школярів може запобігти появі захворювань і дасть змогу цілеспрямовано вплинути на розвиток дитини, закладаючи основи міцного здоров'я та високої працездатності і позитивно впливатиме на успіх у навчанні.

Для розв'язання проблеми оздоровлення молодших школярів нами була розроблена “Програма оздоровлення молодших школярів” у позаурочний час, яка дає можливість:

- врахувати індивідуальний фізичний стан кожного учня;
- визначити стан систем організму, які на момент тестування мають вищий рівень фізичного здоров'я;

- організувати оздоровлення дітей фізичними вправами в залежності від рівня фізичного здоров'я кожної дитини;
- запобігти перетренування;
- вносити корективи до оздоровчих програм.

Утілення програми фізичного оздоровлення відбувається поетапно:

1. Проводиться діагностика рівня здоров'я кожної дитини.
2. Призначення оздоровчих заходів.
3. Виконання оздоровчих заходів.
4. Контроль за ефективністю оздоровлення й внесення корективів до способу життя.
5. Періодичне одержання статистичної інформації, що характеризує стан здоров'я як індивідуальної особи, так і цілого колективу.

Діагностика рівня здоров'я проводиться у два прийоми: медичне, а потім фізичне.

Медичне тестування проводиться шкільним лікарем за участю батьківського активу 3 рази на рік: на початку навчального року, в кінці I та II семестрів.

Фізичне тестування проводиться з метою динамічного спостереження за ростом фізичної підготовки учнів і внесення корективів до фізичного навантаження на уроках фізкультури та в позаурочний час.

Як показали результати проведеної роботи з учнями на основі розробленої програми, здоров'я дітей динамічно змінювалося в бік покращення. Підвищення рівня здоров'я призвело до зменшення на 18–22% числа пропусків учнями уроків, зменшення кількості та тривалості днів по захворюванню на 20–25%. А це, у свою чергу, привело до підвищення рівня успішності учнів, зросту зацікавленості до процесу навчання, розвитку логічного й творчого мислення, покращення пам'яті.

Отже, успішність оздоровлення учнів молодших класів загальноосвітньої школи повинна забезпечуватися системою науково обґрунтованих засад, що відповідають умовам функціонування сучасної вітчизняної загальноосвітньої

школи та актуалізації потреби оздоровлення українського суспільства на всіх вікових рівнях.

Література:

1. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів / В. І. Бабич – Луганськ, 2006. – 313 с.
2. Бех І.Д. Проблеми розвитку школярів та забезпечення їхнього здоров'я / Іван Дмитрович Бех // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2012. – №4. – С. 24-28.
3. Гончаренко М. С. Освітнянські проблеми валеології / М. С. Гончаренко // Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти. – К., 2007. – С. 28-35.
4. Горащук В.П. Концептуальні основи формування культури здоров'я школяра / В. П. Горащук // Нові технології навчання: Науке-метод. Збірник. – К., 2010.– Вип. 28.– С. 206-213.

Мороз Юрій Миколайович, канд.пед.н.,

Уманський національний університет садівництва

Віктор Рожеченко, викладач,

Дніпропетровський державний університет

внутрішніх справ

ОЗДОРОВЧІ ТЕНДЕНЦІЇ ПРОЦЕСУ РОЗВИТКУ ТА СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Явище, що його сьогодні потрактовують як оздоровлення, зазнало тривалого розвитку і значної трансформації в історії людства. При аналізі історичних джерел та дослідницьких праць бачимо, що підхід до проблеми оздоровлення в значній мірі зумовлювали економічні складники,

Наукове видання

**ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГІЧНИЙ ВПЛИВ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ
СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

**Матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції
(07 червня 2023 року)**

Видається в авторській редакції

Підписано до друку 07.06.2023 р. Формат 60x84/16.