

## ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З УЧНЯМИ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ СІЛЬСЬКОЇ ШКОЛИ

Рубан В.Ю.

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

У статті розглядаються шляхи удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами в умовах сільської місцевості. Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи сільської ЗОШ передбачало застосування як традиційних засобів фізичного виховання молодших школярів згідно діючої навчальної програми (способи рухової діяльності), так і елементів інноваційно-оздоровчих технологій (сюжетні, інтегровані уроки, система «Вільне фізичне виховання», технологія комплексного розвитку особистості дитини в процесі фізичного виховання; психогімнастика; елементи туристсько-краєзнавчої діяльності; здоров'яформувальна технологія спортивно-орієнтованого фізичного виховання).

**Ключові слова:** фізичне здоров'я, здоровий спосіб життя, молодші школярі, сільська школа, оздоровчі технології.

**Актуальність та постановка проблеми.** А У сучасній Україні відбуваються складні політичні і соціально-економічні процеси, які супроводжуються негативними демографічними змінами, погіршенням матеріально-технічного, науково-методичного забезпечення системи фізичного виховання школярів, особливо у сільській місцевості.

У цих умовах підвищення рівня фізичного здоров'я молодого покоління є одним з головних завдань фізичного виховання, яке регламентоване низкою державних документів: Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [13], Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здоров'я нації» [19], Закон України «Про освіту» [12] та ін.

Однак, зараз яскраво проявляється протиріччя між декларативними заявами про необхідність удосконалення системи фізичного виховання (в тому числі – молодших школярів) і практичною діяльністю у цій сфері.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі умови до рівня фізичного розвитку, працездатності та функціонального стану організму дітей. Особливу значущість набувають питання підбору засобів та методів фізичного виховання, які спрямовані на здобуття максимального оздоровчого ефекту під час занять фізичною культурою у молодшому шкільному віці, що було висвітлено у дослідженнях О.Д. Дубогай [9], Л.В. Волкова [6], Н.В. Москаленко [17; 18] та ін.

Пошуку шляхів підвищення ефективності фізичного виховання дітей і підлітків присвячена значна кількість досліджень. Організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя удосконалення системи фізичного виховання школярів наведено у дослідженнях Б.М. Шияна [26], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.; вдосконаленню програмно-нормативних основ фізичного виховання присвячені дослідження М.М. Булатової, О.Т. Литвина [5], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.; обґрунтування змісту програм з фізичної культури у загальноосвітній школі представлено у працях В.М. Єрмоліної [10], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.; удосконалення системи контролю

фізичного стану школярів у процесі фізичного виховання було предметом досліджень В.В. Білецької [3], Ю.Ю. Борисової [4], М.М. Гончарової [8], Т.Ю. Круцевич [14; 15] та ін.

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених плануванню змісту і засобів фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами, недостатньо дослідженими залишаються такі аспекти даної наукової проблеми:

- нині інноваційний досвід оптимізації системи фізичного виховання молодших школярів не знайшов застосування в умовах сільської школи.

- в останні десятиліття застаріле обладнання та спортивний інвентар, зниження якості викладання шкільної фізичної культури, відтік кваліфікованих вчителів фізичної культури в інші сфери, реструктуризація мережі освітніх закладів сільської місцевості зумовили кризові явища у системі фізичного виховання сільської загальноосвітньої школи.

**Мета статті** – розробка змісту і засобів фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами в умовах сільської школи.

**Виклад основного матеріалу.** Концептуальні положення педагогіки й психології свідчать про те, що формування особистості дитини відбувається в процесі її діяльності [16]. Істотним компонентом будь-якого різновиду дитячої діяльності (ігрової, конструктивної, навчальної тощо) є рухи.

Модернізація фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи вимагає удосконалення змісту організаційних форм занять фізичними вправами згідно особливостей сільського соціуму.

На відміну від попередніх, у новій програмі «Фізична культура» для 1-4 класів загальноосвітніх шкіл, навчальний матеріал розподілений за вправами, об'єднаними за способами рухової діяльності, а не за видами спорту [10].

Як зазначає Т.Ю. Круцевич (2017), основною метою фізичного виховання у молодшій школі є набуття досвіду практичної діяльності в школі рухів, формування стійкої мотивації до здорового способу життя. Автор дає визначення цій новій категорії: «Школа рухів – це система гім-

настичних вправ і правил їх виконання, завдяки яким формується вміння диференційовано керувати рухами в головних ланках рухового апарату і координувати їх у різних поєднаннях. Це система вправ, розрахованих на оволодіння основними способами раціонального використання своїх сил для переміщення у просторі; подолання перешкод та оперування з предметами (м'ячами, гімнастичними палицями), сукупність злагоджених дій при різних способах переміщення у просторі (бігу, ходьби, плавання тощо). Школа оволодіння різноманітними рухами створює базу для опанування техніки у видах спорту, які будуть вивчатись у 5-9 класах» [24, с. 93].

Виокремлені такі способи рухової діяльності: вправи для формування культури рухів з елементами гімнастики; вправи у пересуванні; вправи з м'ячем; стрибкові вправи; ігри для активного відпочинку; вправи для розвитку фізичних якостей; вправи для формування постави і профілактики плоскостопості.

Враховуючи психологічні особливості молодших школярів, програма надає можливість планувати комплексні уроки, залучати до них різнопланові фізичні вправи, що посилюють зацікавленість та сприяють позитивному психоемоційному стану учнів.

Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи передбачало застосуван-

ня не тільки традиційних засобів фізичного виховання, але й елементів інноваційних авторських педагогічних та оздоровчих технологій (рис. 1).

Удосконалення змісту фізкультурно-оздоровчої роботи молодших школярів відбувалось у декількох напрямках, а саме:

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу авторських, інноваційних технологій і методик.*

У контексті проблематики нашого дослідження особливу зацікавленість викликає запропонована Н.В. Москаленко інноваційна програма фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами, головною відмінною рисою якої є здійснення міжпредметних зв'язків [18].

Автор наголошує, що їх реалізація повинна відбуватися не тільки в системі уроків фізичної культури, але й в процесі проведення всіх форм фізкультурно-оздоровчої роботи. Що стосується інноваційних підходів до проведення урочних форм, то Н.В. Москаленко пропонує застосування сюжетних, інтегрованих уроків фізичної культури для вирішення таких завдань [17]:

- формування рухових вмінь і навичок;
- розвиток фізичних здібностей;
- сприяння інтелектуальному розвитку в процесі отримання певної системи знань;
- формування творчих здібностей та емоційної сфери – ігрова ситуація сприяє отриманню задоволення від рухової діяльності;



Рис. 1. Зміст фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільської загальноосвітньої школи

– сприяння формуванню індивідуальності молодшого школяра, механізму саморегуляції, самовиховання.

Автор визначила подібні й неподібні ознаки в проведенні традиційного та сюжетного уроку фізичної культури [17]:

Подібні ознаки:

- вирішуються освітні, виховні й оздоровчі завдання;
- структура уроку – підготовча, основна і заключна частини;
- зміст уроку обумовлений програмою з фізичної культури;
- систематичність і тривалість проведення;
- вимоги до сучасного уроку фізичної культури.

Неподібні ознаки:

- вирішуються специфічні завдання – формування пізнавальної та емоційної сфери, когнітивних здібностей, механізмів самореалізації та самовиховання;
- проведення уроків передбачає дотримання специфічних принципів – фасцінації, синкретичності, творчої спрямованості;
- зміна дій вчителя організаційно-методичного характеру з підготовки уроку (інвентар, обладнання, музичний супровід, підбір фізичних вправ повинні відповідати сюжету уроку);
- підвищуються вимоги до естетичного аспекту уроку, виразності рухів, музичного супроводу, мовлення педагога та його вміння створити ігрову ситуацію, незвичайну атмосферу слів, асоціацій, бажань дітей;
- планування уроку передбачає визначення змісту, ходу, методики і організації уроку згідно з темою сюжету, інтересами і мотивацією дітей.

Підготовка до сюжетного уроку фізичної культури починається з визначення теми і мети заняття. Цікаву тематику занять пропонує М.М. Сфименко, автор системи «Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей» [11], а саме – «Африка, Африка!», «Цирк запалює вогні», «У світі казок і пригод», «У джунглях Амазонки» та ін. Сюжетна лінія може бути запланована на одне або кілька занять. Вибір теми уроку залежить від інтересів і мотивації, рівня розвитку пізнавальних процесів дітей їх фізичної і рухової підготовленості. В аспекті нашого дослідження ця технологія цікава тим, що в процесі тематичних сюжетних уроків можливо не тільки забезпечити дітям максимальне емоційне задоволення, що буде стимулювати їх до рухової активності, збагачувати руховий досвід, але й сприяти особистісному розвитку молодших школярів. Автор системи вважає, що основою кожного уроку має бути ігрове дійство з ненав'язливо вплетеними в нього елементами навчання, розвитку, корекції, оздоровлення, виховання. Кожен урок являє собою ситуаційну міні-гру (СМГ) в якій діти вступають в етап рольової або «наслідувальної» імітації гри, виконуючи роль тварин чи птахів, комах або наслідуючи казкових героїв [25].

Побудова сюжетних уроків базується на специфічних принципах системи «Вільне фізичне виховання, яка була розроблена Л.Д. Глазириною і В.А. Овсянкіним [7]:

– *Фасцінації (зачарованість)* – спеціально організований вербальний вплив, який передбачає зменшення втрати значущої інформації для

сприйняття дітьми, управління процесом занять та досягнення результативності у всіх сферах реалізації оздоровчої, виховної та освітньої роботи. Кожна дитина насолоджується предметом дій, самою дією, діями оточуючих.

– *Синкретичності (з'єднання)* – встановлення у руховій сфері зв'язків, за допомогою яких дитина розуміє об'єктивне значення фізичних вправ. На заняттях здійснюється об'єднання знань про явища природи, про її взаємодію з людиною. Для таких занять характерною є повна відсутність механічної системи виконання рухів і руховий дій, присутня висока емоційність, отримання великого обсягу знань.

– *Творчої спрямованості* – цей принцип полягає у створенні дитиною нових рухів, які засновані на її руховому досвіді і мотиву, який спонукає до творчої діяльності. Виконання таких рухів, вирішення проблемних ситуацій сприяє формуванню мотивації до систематичних занять фізичними вправами, комплексному розвитку особистості молодшого школяра.

Отже, сюжетні уроки фізичної культури здійснюють соціальний вплив (перш за все, це усвідомлення кожного учня себе як особистості), сприяють формуванню морально-вольових якостей (самостійності, активності, наполегливості), розвитку інтелекту молодшого школяра.

Підвищення ефективності оздоровчого аспекту занять фізичними вправами з учнями початкових класів у нашому дослідженні передбачало використання елементів *технології максимального розвитку дитини*, мобілізації її активності й самостійності під час рухової діяльності, яка була розроблена М.О. Руновою [22] і адаптована нами до використання в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи молодших школярів в умовах сільського соціуму.

Автор слушно наголошує на тому, що здоров'я дитини залежить від низки біологічних, екологічних, педагогічних, соціальних чинників. Серед них одне з найважливіших місць посідає рухова активність, тобто природна потреба в русі, задоволення якої є необхідною умовою всебічного розвитку і виховання дитини. В основу розробки раціонального рухового режиму дітей (у тому числі – і молодшого шкільного віку) повинні бути покладені принципи оздоровчої спрямованості, природного стимулювання рухової та інтелектуальної активності, урахування наступності й своєрідності педагогічних впливів у певний віковий період. Важливе місце тут посідає дотримання індивідуально-диференційованого підходу, що дозволяє забезпечити максимальний розвиток кожної дитини, мобілізації її активності та самостійності.

Оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами сприяло також впровадження модифікованих нами до умов сільської ЗОШ елементів технології *комплексного розвитку особистості дитини дошкільного віку* в процесі фізичного виховання, яка була обґрунтована Н.Є. Пангеловою [21].

Авторкою розроблено організаційно-методичне підґрунтя реалізації концепції формування особистості дитини в процесі рухової діяльності в умовах дошкільних навчальних закладів, яке містить: планування змісту і засобів програми поєднаного розвитку рухових, розумових і мо-

ральних якостей особистості дошкільнят у процесі фізичного виховання; методичні основи організації й проведення занять фізичними вправами комплексної спрямованості; зміст і форми взаємодії сім'ї та дошкільного закладу в організації фізкультурно-оздоровчої роботи комплексної виховної спрямованості.

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу діяльність методик психопрофілактичної роботи.*

Методики психопрофілактичної роботи (казкотерапія, музикотерапія, сміхотерапія та ін.) можна об'єднати у загальну назву – *психогімнастика*. Сутність її полягає у тому, що будь-який рух висловлює якийсь образ фантазії, що насичена емоційним змістом. Тим самим об'єднується діяльність психічних функцій (мислення, емоції, рухи), а за допомогою коментарів ведучою приєднується ще й внутрішня увага дітей до цих процесів. Таким чином, психогімнастичні вправи «запускають» механізм психофізіологічного функціального єднання.

Завдання психогімнастики – збереження психічного здоров'я, запобігання емоційним розладам у молодших школярів через зняття психічного напруження, розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості.

Більшість психогімнастичних завдань побудовані на імітації певних почуттів та емоційних станів людини. Оволодіння виразними рухами, що закріпилися в процесі еволюції за будь-якими відчуттями і станами людини, дає змогу молодшим школярам не тільки більш адекватно спілкуватись, глибше розуміти почуття інших, але і створює умови для формування власної емоційної сфери: виховання емоцій та вищих почуттів. Це зумовлено тим, що вплив психогімнастики на емоційно-особистісну сферу дитини забезпечується цілою низкою як формувальних, так і корекційних механізмів. Як зауважує Є. Алябєва, складовими психогімнастики є [1]:

- імітаційні вправи;
- вправи вираження уваги та зосередженості;
- ігрові вправи вираження емоційних станів;
- ігрові вправи у вираженні моральних почуттів та окремих рис характеру.

Заслуговує на увагу і такий напрям психопрофілактичної роботи в процесі фізичного виховання, як *евритмічна гімнастика*, основні положення якої були розроблені О. Скворчук [23].

Евритмічна гімнастика – це вид оздоровчо-розвивальної гімнастики, що заснована на ритмічних закономірностях мовлення, музики, загально розвиваючих вправ, базових кроків та елементів аеробіки. Основні завдання, які вирішувались на заняттях евритмічною гімнастикою:

- формування і корекція постави, почуття темпу і ритму, просторової орієнтації і уваги;
- розвиток фізичних здібностей: сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності;
- корекція координації рухів рук (пальчикова гімнастика, включення до загальнорозвиваючих вправ дрібних рухів рук і ніг);
- покращення психічного стану (зниження тривожності та агресії, емоційного і м'язового напруження, вдосконалення уваги, креативного мислення);
- збільшення емоційного досвіду, розвиток навичок взаємодії дітей;

– формування творчості («ритмічне фантазування на задані і довільні теми»), яке створює атмосферу радості і стимулює розвиток креативних здібностей.

Заняття евритмічною гімнастикою включали елементи аеробіки, художньої, спортивної гімнастики і акробатики, а також – ритмічної імпровізації. Музика на заняттях стимулює проявлення фантазії і створює настрій, надає танцювальним рухам темп, силу і динаміку.

· *Впровадження у фізкультурно-оздоровчу роботу елементів туристсько-краєзнавчої діяльності.*

Туристсько-краєзнавча діяльність є важливою складовою навчально-виховного процесу сучасної школи. Вона виконує три основні функції: виховно-розвивальну, освітньо-пізнавальну й оздоровчо-спортивну. Кожний функціональний компонент включає в себе конкретні педагогічні цілі [20].

Мету виховно-розвивальної функції туристсько-краєзнавчої діяльності можна сформулювати наступним чином: виховання альтруїстичної життєвої позиції; стійкості до різних життєвих негараздів; виховання позитивних морально-вольових якостей.

Освітньо-пізнавальна функція реалізується в процесі пізнання молодшими школярами природного і соціального середовища. Різновиди маршрутів та районів подорожей (прогулянок) сприяють задоволенню потреб дітей у новизні вражень, пізнанні навколишнього світу. Безпосереднє сприйняття оточуючого середовища в процесі туристсько-краєзнавчої діяльності конкретизує, доповнює й систематизує знання учнів з навчальних дисциплін, дозволяє їм самим встановлювати міжпредметні зв'язки.

Оздоровчо-спортивна функція туристсько-краєзнавчої діяльності спрямована на підвищення рівня фізичного стану молодших школярів. Фізичне навантаження під час прогулянок, походів, екскурсій рівномірно розподілене у часі, його чергування з відпочинком сприяють підвищенню адаптаційних можливостей організму. Перебування у природному середовищі сприяє гартуванню зростаючого організму. Заняття туризмом сприяють формуванню мотивації до ведення здорового способу життя, систематичної рухової активності, а також – оволодінню прикладними уміннями й навичками: орієнтуванню на місцевості, подоланню природних перешкод, організації побуту у природному оточенні. Крім того, в процесі проведення різноманітних форм дитячого туризму відбувається комплексний розвиток фізичних здібностей дітей.

Моделювання різноманітних педагогічних ситуацій сприяло формуванню взаємодопомоги, взаєморозумінню, піклуванню дітей про інших. Для дітей, які не користувалися популярністю у класі, створювали ситуацію успіху, що дозволяло нормалізувати відношення з однолітками.

· *Впровадження елементів здоров'яформувальної технології спортивно-орієнтованого фізичного виховання.*

Засновуючись на передовому досвіді вітчизняної та зарубіжної практики можна відмітити, що одним з найбільш ефективних методів організації занять фізичними вправами молодших школярів є ігровий і спортивно-ігровий (змагальний),

правильна організація яких сприяє удосконаленню набутих рухових вмінь і навичок, підвищенню рівня фізичної підготовленості, оптимізації рухової активності, а також – формуванню мотивації до регулярних занять фізичною культурою і спортом.

Спортивно-ігровий метод організації занять передбачає використання у навчально-виховному процесі різноманітних засобів і методів виконання фізичних вправ, а також – участь дітей у змагальній діяльності.

Змістом занять спортивно-орієнтованого фізичного виховання можуть бути системи вправ, різні способи рухової діяльності.

Елементи спортивно-ігрового методу використовували як в процесі урочних форм занять фізичними вправами, так і в процесі позаурочної фізкультурно-оздоровчої діяльності. Планування роботи з використанням цього методу здійснювалось з врахуванням вікових особливостей молодших школярів.

**Висновки і пропозиції.** Отже, удосконалення змісту організаційних форм занять фізичними вправами з урахуванням особливостей сільського соціуму дозволить оптимізувати систему фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами.

## Список літератури:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 215 с.
2. Бехтерев В.М. Избранные труды по психологии личности: в 2-х т. / [под ред. С.Г. Никифорова, Л.А. Коростылевой]. – СПб.: Питер, 1999. – Т. 2 : Личность и условие ее развития и здоровья. – 427 с.
3. Билецкая В.В. Обоснование тестов для оценки уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста : дис. ... канд. наук по физ. восп. и спорту : 24.00.02 / В.В. Билецкая. – К., 2008. – 198 с.
4. Борисова Ю.Ю. Диференційований підхід у фізичному вихованні на основі використання комп'ютерних технологій : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 / Ю.Ю. Борисова. – Дніпропетровськ, 2009. – 263 с.
5. Булатова М.М. Программы по физическому воспитанию в системе среднего образования и пути их совершенствования / М.М. Булатова, А.Т. Литвин / Физ. вих. студ. творчих специальностей : зб. наук. пр. [ред. С.С. Ермаков]. – Харьков: ХХПУ, 2003. – № 14. – С. 57-70.
6. Волков Л.В. Теория та методика дитячого та юнацького спорту. – Вид. 2-е перероб. і доп. / Л.В. Волков. – К.: Освіта України, 2016. – 464 с.
7. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: [пособие для пед. дошк. учреждений] / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 176 с.
8. Гончарова Н.М. Автоматизовані системи контролю фізичного стану дітей молодшого шкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / Н.М. Гончарова. – К., 2009. – 20 с.
9. Дубогай О.Д. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О.Д. Дубогай. – К.: Вид. дім «Шкільний світ», 2006. – 128 с.
10. Ермолова В.М. Навчаємо граючись : метод. посіб. для вчителів фізичн. культури загальноосвітніх навч. закладів / В.М. Ермолова, Л.І. Іванова, В.В. Дерев'яно. – К.: Література ЛТД, 2012. – 208 с.
11. Сфіменко М.М. Фізкультурні казки, або Як подарувати дітям радість пізнання руху, досягнення / М.М. Сфіменко. – Х.: Веста; Ранок, 2005. – 64 с. – (Бібліотека вихователя дитячого садка).
12. Закон України «Про освіту» № 1060-ХІІ із змінами від 11 червня 2008 р.
13. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – URL: <http://www.rada.gov.ua>
14. Круцевич Т.Ю. Управление физическим состоянием детей и подростков в системе физического воспитания : дис. ... докт. наук по физ. восп. и спорту : 24.00.02 / Т.Ю. Круцевич. – К., 2000. – 510 с.
15. Круцевич Т.Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі / Т.Ю. Круцевич // Фізичне виховання у сучасній школі. – 2012. – № 2(78). – С. 8-9.
16. Леонтьев А.Н. Деятельность и личность / А.Н. Леонтьев // Психология личности: хрестоматия. – Самара: Изд. дом «Бахрах», 1999. – Т. 2. – С. 165-188.
17. Москаленко Н. Організаційно-методичні аспекти сучасного уроку фізичної культури / Н. Москаленко, О. Алфьоров // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 1. – С. 196-201.
18. Москаленко Н.В. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх закладах / Н.В. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – № 2. – 2011. – С. 12-16.
19. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. Указ Президента України від 28 вересня 2004 р. № 1148/2004.
20. Обозний В. Краєзнавство і дитячо-юнацький туризм як основа появи нових видів самодіяльного туризму / В. Обозний // Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти : Зб. наук. праць. – Додаток до Гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди». – Переяслав-Хм.: ФОП Домбровська Я.М., 2017. – С. 239-245.
21. Пангелова Н.Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : дис. ... доктора наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02. – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Н.Є. Пангелова. – Переяслав-Хмельницький, 2014. – 445 с.
22. Рунова М.А. Формирование оптимальной двигательной активности / М.А. Рунова // Дошкольное воспитание. – 2013. – № 6. – С. 30-38.
23. Скворчук Е. Эвритмическая гимнастика (старшая группа) / Е. Скворчук // Дошкольное воспитание. – 2008. – 5. – С. 16-19.
24. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 т. / [Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т.Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., переробл. та доп.]. – К.: НУФВС, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. – Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – 384 с.
25. Ульянова И.С. Новые инновационные технологии в физическом воспитании школьников / И.С. Ульянова // Молодой ученый. – 2015. – № 10.1. – С. 42-49.
26. Шиян Б. Нова програма фізичного виховання школярів: успіхи та невдачі / Б. Шиян, І. Омельченко // Фізичне виховання в школі. – 2010. – № 2. – С. 5-7.

**Рубан В.Ю.**

ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

## **ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ**

### **Аннотация**

В статье рассматриваются пути совершенствования содержания физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками в условиях сельской местности. Совершенствование содержания физкультурно-оздоровительной работы сельской ООШ предусматривало применение как традиционных средств физического воспитания младших школьников согласно действующей учебной программы (способы двигательной деятельности), так и элементов инновационно-оздоровительных технологий (сюжетные, интегрированные уроки, система «Свободное физическое воспитание», технология комплексного развития личности ребенка в процессе физического воспитания; психогимнастика; элементы туристско-краеведческой деятельности; здоровьесформирующая технология спортивно-ориентированного физического воспитания).

**Ключевые слова:** физическое здоровье, здоровый образ жизни, младшие школьники, сельская школа, оздоровительные технологии.

**Ruban V.Yu.**

SHEI «Pereyaslav-Khmel'nitsky Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»

## **WAYS OF IMPROVING FITNESS WORK WITH PUPILS OF PRIMARY SCHOOL IN THE CONDITIONS OF VILLAGE SCHOOL**

### **Summary**

The article considers ways to improve the content of physical culture and health work with junior schoolchildren in conditions of village environment. Improvement of the content of fitness work in the village secondary school involved the use of traditional means of physical education for primary school pupils in accordance with the current curriculum (methods of motor activity), as well as elements of innovative health technologies (plot, integrated lessons, the system of «Free physical education», the technology of complex development of the child's personality in the process of physical education, psycho gymnastics, elements of tourist-local lore activity, health forming technology of sports-oriented physical education).

**Keywords:** physical health, healthy lifestyle, junior schoolchildren, rural school, health-improving technologies.