

Міністерство освіти і науки України  
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Сумський державний університет  
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2015 року)

Суми  
Сумський державний університет  
2015

## ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Ситник О. А., к.б.н., доц.  
Сумський державний педагогічний університет  
імені А. С. Макаренка  
*oliagum@ukr.net*

Мета дослідження полягає в дослідженні оздоровчих технологій в роботі вчителя фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку.

Аналіз діяльності сучасної школи вказує на широкий спектр впровадження оздоровчих технологій. Серед них виділяють сім груп: медико-гігієнічні, екологічні, лікарсько-оздоровчі, фізкультурно-оздоровчі, соціально-адаптуючі та особистісно-розвиваючі, здоров'язберігаючі освітні, технології забезпечення безпеки. Вчитель фізичної культури впроваджувати їх може як в урочний, так і в позаурочний час.

В сучасній програмі «Фізична культура. 1–4 класи загальноосвітніх навчальних закладів» колектив авторів виділяє два розділи програмного матеріалу уроку фізичної культури це: теоретико-методична підготовка та способи фізкультурної діяльності.

Використання різноманітних засобів оздоровчої спрямованості в діяльності вчителя фізичної культури збільшить інтерес дітей до занять з фізичної культури, що в свою чергу підвищить емоційність уроку та його оздоровчий вплив. Використовуючи сучасну програму, були запропоновані шляхи діяльності вчителя фізичної культури, які можуть бути спрямовані на вирішення оздоровчого завдання на уроці

Так, для реалізації першого розділу програми «Теоретико-методична підготовка», вчитель фізичної культури може навчати основам ранкової гігієнічної гімнастики, дихальним вправам, методиці загартування тощо.

Другий розділ програми містить сім напрямків, кожний з яких може мати оздоровче підґрунтя. Так:

- «Школа культури рухів з елементами гімнастики» може реалізовуватись через стретчинг, калланетику, пілатес, звукову гімнастику в поєднанні зі звіроробікою.
- «Школа пересувань» - через різновиди танцювальних рухів.
- «Школа м'яча» - через вправи з фітболу або елементи, що використовуються в художній гімнастиці.
- «Школа стрибків» - через вправи оздоровчої аеробіки і роуп-скіпінгу.
- «Школа активного відпочинку» - через різноманітні вправи психогімнастики, музикотерапію, кольоротерапію.
- «Школа сприяння розвитку фізичних якостей» - через вправи йоги, слайд-аеробіки, фітнесу.
- «Школа постави» - через елементи корекційної гімнастики, хореографії, йоги.

Через мережу Інтернет сучасний вчитель фізичної культури має можливість контролювати цей процес через створення власного розділу на сторінці школи.

Учні можуть отримати від вчителя фізкультури інформацію про заходи, спортивні свята здоров'яспрямовального характеру, які організують школа та органи управління, про нові книги, фільми, відео з елементами спорту і агітації здорового способу життя.

Зазвичай вчитель фізичної культури немає змоги особисто спілкуватися з батьками школярів. Рішенням цієї проблеми є листування або он-лайн спілкування. Батьки можуть задавати питання з приводу навчального процесу, отримати поради з приводу режиму дня, правильності харчування, різних комплексів вправ для себе та своєї дитини.

Впроваджувати оздоровчі технології необхідно з участю всіх суб'єктів педагогічного процесу – учнів, батьків, педагогів. Вагомий внесок припадає на вчителя фізичної культури, тому що на уроці реалізується основна мета - зміцнення здоров'я, підтримка високої працездатності, відновлення порушених функцій. Складовими оздоровчих технологій є інноваційні види гімнастики, профілактично-лікувальні і терапевтичні.