

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



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

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
VI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 18–19 квітня 2019 року)

Суми
Сумський державний університет
2019

ОСНОВНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПІВНІЧНІЙ АМЕРИЦІ

Немеш В. М., студ.
Сумський державний університет,
klaivenv@gmail.com

Вступ. Кожна країна визначає механізм розвитку фізичної культури самостійно. Проте, саме від цих дій залежить бажання та мотивація участі школярів та студентів у фізичному розвитку. Адже, здоров'я – це «валюта», яка не підлягає інфляції. З цього приводу І. І. Соковня-Семенова пише ще більш виразно: «Система цінностей змінюється дуже швидко. Діаманти впали в ціні на світовому ринку, зате різко зросла ціна інформації. І тільки один показник стабільно тримається на найвищій точці всесвітньої системи цінностей – щастя здорової людини».

В Україні фізичне виховання є обов'язковим процесом у всіх навчальних закладах. Але жага до спорту та здорового способу життя активно не проявляється, на противагу Північній Америці. Саме ця причина і стала двигуном до проведення нашого дослідження. Актуальність роботи полягає у питанні, якими механізмами розвитку фізичної культури користується Північна Америка. Безпосередньо ця проблематика вже досліджувалась такими західними науковцями: М. Вудс, Г. Карп, Х. Гок та Д. Перлман. Саме їхніми висновками ми керувались при проведенні дослідження.

Мета. Визначити механізми розвитку фізичної культури у Північній Америці; завдання – аналіз розвитку фізичної культури у громадян Північної Америки.

Виклад матеріалу дослідження. Під фізичною культурою слід розуміти ступінь досконалості, що досягається у володінні теорією і практикою оптимізації життєдіяльності людини, спрямованої на адекватну реалізацію її генетичного потенціалу, зміцнення і розвитку резервних можливостей організму з одного боку, і оздоровлення навколишнього соціального

середовища з іншого, що в зрештою, сприятиме успішному виконанню функцій індивіда і прогресу людства в цілому [1].

У Сполучених Штатах, мета фізичного виховання полягає в тому, щоб розвивати фізично грамотних людей, які мають знання, навички та бажання насолоджуватися здоровим життям. Звіт 2012 року Національної асоціації з питань спорту та фізичного виховання та American Heart Association виявили, що майже 75 відсотків держав потребують фізичного виховання в початковій школі. Згідно з повідомленням, тільки шість держав, а саме Іллінойс, Гаваї, Массачусетс, Міссісіпі, Нью-Йорк і Вермонт вимагають фізичного виховання на кожному рівні. Більшість держав у 2016 році не вимагали точного обсягу навчального часу і більше половини дозволяли звільнення або заміну на іншу діяльність. Це може призвести до зниження ефективності вимог до фізичного виховання [2].

Нульовий клас – це клас дошкільного фізичного виховання, вперше впроваджений середньою школою Naperville. Він ґрунтується на дослідженнях, які показали, що фізично підготовлені студенти більш академічно пильні і відчувають зростання клітин мозку або посилення розвитку мозку. Заняття поєднують уроки фізкультури, які включають в себе вправи для серцево-судинної системи, силові тренування, поперечні бічні рухи, а також стратегії грамотності і уроки математики з класами грамотності, які використовують рухи для поліпшення навчання і підвищення успішності.

У Британській Колумбії Канади, уряд встановив, що студенти повинні брати участь у фізичній активності щодня п'ять разів на тиждень. Викладач також відповідає за планування щоденної фізичної активності, що становить тридцять хвилин легкого або помірною фізичного навантаження на день, не включаючи заняття з фізичного виховання. Навчальний план вимагає від учнів знання про здоровий спосіб життя. Наприклад, вони повинні бути в змозі описати переваги регулярних фізичних вправ, визначити здоровий вибір, який вимагає від них бути більш фізично активними, і описати важливість вибору здорової їжі.

Онтаріо має подібну процедуру. 6 жовтня 2005 року Міністерство освіти Онтаріо запровадило щоденну політику фізичної активності в початкових школах 1–8 класів. Вона вимагає, щоб всі студенти з 1-го по 8-й клас, в тому числі з особливими потребами, мали можливість брати участь у мінімально двадцяти хвилинах тривалої помірної до енергійної фізичної активності кожний навчальний день під час навчального часу.

Існує багато факторів, які сприяють легкості впровадження та підтримки програми якості, включаючи залучення адміністрації, батьків та громади. Однак, зрештою, це зводиться до бажання вчителя фізичного виховання зробити все можливе незалежно від ситуації.

Висновки. Отже, важливим є починати розвиток фізичного виховання з дитинства. Завдяки нульовим класам, спеціальним урокам підготовки та перерв з фізичними вправами прививається зацікавленість у здоровому житті.

Ці механізми дозволяють дітям займатися спортом, фітнесом і роботою в команді, щоб краще підготуватися до середнього і старшого шкільного віку. Останнім часом тенденції фізичного виховання включають в себе більшу різноманітність видів діяльності, крім навичок, необхідних для занять типовими командними видами спорту, такими як футбол чи баскетбол.

Знайомство студентів з такими видами діяльності, як боулінг, ходьба, походи або фрісбі в ранньому віці, може допомогти їм розвинути хороші звички, які використовуватись в дорослому житті.

Література

1. Бароненко В. А., Рапопорт Л. А. «Здоров'я і фізична культура студента», 2003 Альфа-М, 417 с. URL : <https://study.urfu.ru/Aid/Publication/30/1/kz.pdf>
2. Звіт проекту «Shape of the nation», 2016. URL: https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/son/Shape-of-the-Nation-2016_web.pdf