

7. Нагорна А.Ю., Андреева О.В., Лишевська В.М. Корекція показників фізичного стану жінок другого періоду зрілого віку з надлишковою масою тіла в процесі занять оздоровчим фітнесом. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2020. 7(127),С. 129-135. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.7\(127\).25](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.7(127).25)

ОЗДОРОВЧО-РУХОВІ ІГРИ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПОЧУТТЯ КОЛЕКТИВІЗМУ В УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Лукащук М. В., Ціпан Т. С.

Рівненський державний гуманітарний університет

Анотація. Стаття присвячена проблемі формування почуття колективізму в учнів початкової школи засобами оздоровчо-рухових ігор. Здійснена характеристика ігор з урахуванням вікових та психолого-педагогічних особливостей молодших школярів. Вирізнена виховна цінність кожної гри.

Вступ. Висока інтенсивність навчального навантаження в початкових класах та емоційне напруження молодших школярів негативно позначається на їх фізичному і психічному здоров'ї. Одним із засобів збереження і зміцнення здоров'я молодших школярів є заняття фізкультурою та спортом, важливість яких відображена в низці законодавчих документів, зокрема, Державному Стандарті початкової освіти, Законі України «Про освіту» тощо. Наприклад, у Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» зазначається: «рухова активність значною мірою сприяє дотриманню людиною здорового способу життя, а також в окремих випадках зменшенню негативного впливу на організм людини шкідливих звичок, підвищенню стресостійкості та відволікає від асоціальної поведінки. Рухова активність є генеруючим та стимулюючим чинником у системі здорового способу життя, має важливе значення для вдосконалення фізичного розвитку і підготовленості особи» [4].

Мета і завдання дослідження – висвітлити проблему формування почуття колективізму в учнів початкової школи засобами оздоровчо-рухових ігор та схарактеризувати їх виховний потенціал.

Методи дослідження – педагогічні спостереження, синтез, аналіз, порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. У системі формування здорового способу життя загалом та фізичного виховання зокрема важливе місце відводиться оздоровчоруховим іграм, які широко використовуються вчителями як під час організації навчального процесу, так і в процесі позакласної виховної роботи. Оздоровчорухові ігри передбачають розвиток і вдосконалення в учнів основних фізичних якостей, формування різних рухових навичок, зміцнення здоров'я [2, с.43]. Більшість таких ігор - командні, в яких кожен гравець погоджує свої дії з діями партнерів.

Кожна гра має змагальний характер, характеризується індивідуальними і груповими діями, а швидкоплинна обстановка, удача або неуспіх викликають у гравців різноманітні почуття і переживання, активність та інтерес до гри.

Наведемо приклад деяких ігор, зорієнтованих на формування почуття колективізму і співпраці.

Незвичайний волейбол. У грі беруть участь дві команди (кількість гравців – від 2 до 6). Завдання гри - протримати м'яч в повітрі якомога довше. Виграє команда, яка довше протримала м'яч у повітрі. Гри сприяє формуванню почуття відповідальності і колективізму [3].

Перекочування м'яча. Учасники сідають на підлогу, утворюючи тісне коло так, щоб можна було доторкнутися до сусіда з кожного боку. Потім береться м'яч і кладеться на коліно одного з гравців. Мета гри - перекотити м'яч по колу, з коліна на коліно, не використовуючи руки. У кожного гравця є можливість змінити напрямок руху. Упродовж гри кожен її учасник один раз може сказати: «в зворотний бік». Після цих слів м'яч починають котити в зворотному напрямку. Існує багато варіантів урізноманітнити цю гру. Наприклад, можна додати сигнали: «стоп», «повільніше», «швидше» тощо.

Ця гра вимагає уважності і спритності, сприяє формуванню почуття індивідуальної відповідальності та групової підтримки, товариськості та колективізму.

Аура. Партнери стають обличчям один до одного (якщо учасників багато, вони можуть утворити коло), витягуючи руки вперед, щоб долонею торкнуться один одного. Потім вони закривають очі, опускають руки і обертаються навколо себе тричі. Не розплющуючи очей, партнери намагаються знайти руки партнера та доторкнутися їх своїми долонями.

Виховна цінність цієї гри полягає у формуванні відчуття присутності іншого, потреби у спілкуванні та групової підтримки.

Веселі стрибки. Всі гравці утворюють коло, поклавши свою ліву руку на плече того, хто стоїть попереду і взявши правою рукою праву ногу того, хто стоїть позаду. Після цього всі разом починають стрибати по колу на своїй лівій нозі.

Гра проходить на високому емоційному підйомі. Учасники гри навчаються вмінням керувати емоціями, не втрачати контролю за своїми діями, а у випадку невдачі – відчувати підтримку партнерів по команді.

Летючий голландець. У грі беруть участь 10 гравців. Всі стають в коло і беруться за руки, крім двох осіб. Ці двоє - «загублений в морі корабель». Взявши один одного за руки, вони ходять навколо кола в пошуках «порту». Коли вони знаходять відповідне місце, то роз'єднують руки двох учасників, що стоять в колі в цьому місці і продовжують «пливти» навколо кола. Два гравці, чії руки були роз'єдані, повинні, взявшись за руки, побігти з зовнішньої сторони кола в протилежну сторону і постаратися повернутися в «порт» до «летючого голландця». Та пара, яка першою досягне «порту», стає в коло. Двом іншим партнерам доводиться знову шукати притулку. Для різноманітності можна домовитися, що під час «плавання» потрібно скакати на одній нозі або стрибати, бігти спиною вперед, нести партнера на спині, бігти до «порту» із заплющеними очима тощо [3].

Гра спрямована на прагнення перевершити суперника у швидкості дій, винахідливості, привчає вихованців мобілізувати свої можливості, діяти з максимальною напругою сил, долати труднощі, що виникають в ході гри.

Мереживо. Спочатку гравці утворюють широке коло, тримаючись руками за скакалки, які з'єднують їх один з одним. З цього кола гравці повинні утворити мереживо, міняючись місцями, переступаючи через скакалку і т.д., не випускаючи її з рук. Мета гри полягає в тому, щоб розплутати мереживо, не випускаючи скакалок з рук. Цю гру можна проводити і без скакалок. Спочатку гравці, закривши очі, утворюють заплутане мереживо (своєрідний «гордіїв вузол»), а потім, відкривши очі, намагаються розплутати його, не розпускаючи рук [3].

Умови гри змушують її учасників постійно стежити за ходом гри, миттєво оцінювати обстановку, діяти ініціативно та винахідливо. Змінність ігрової ситуації та вимагає прояв високої самостійності та відповідальності. У процесі гри її учасники постійно взаємодіють один з одним для досягнення спільної мети. Ця особливість має важливе значення для виховання дружби і товариськості, звички підпорядковувати свої дії інтересам колективу.

Оздоровчо-спортивні ігри за своїми технічними і методичними параметрами спрямовані на збагачення внутрішнього світу молодшого школяра, розширення його

інформованість в галузі фізичного та психічного здоров'я; вони сприяють розвитку і вдосконаленню основних фізичних якостей, формування різних рухових навичок, розвивають почуття дружби, товарищескості, взаємопідтримки, колективізму.

Висновки. Виховний потенціал оздоровчо-рухових ігор багатоаспектний. Вони сприяють розвитку таких особистісних якостей, як увага, пам'ять, мислення, орієнтація, спостережливість, швидкість реакції. В цілому вони сприятливо впливають на процес навчання і розвиток уяви. Заняття руховими іграми сприяють естетичному вихованню, що проявляється в пластичності і гармонії рухів, розвитку почуття ритму і темпу [1]. У контексті нашого дослідження вони розвивають такі якості, як взаємодія в колективі, дотримання визначених правил. А постійне долаання труднощів і дотримання визначених правил гри внутрішньо організовує молодшого школяра, розвиває у нього почуття відповідальності, довіри до інших учасників гри, почуття колективізму.

Список використаної літератури

1. Квилецки Кшиштоф Задачи и функции игр и развлечения в физическом воспитании. *Теория и практика физ. культуры*. 2009. № 2. С. 23–24.
2. Козырева О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры дошк. образоват. учреждений. М.: Просвещение. 2017. 94 с.
3. Корневская Г.П. Подвижные игры как средство оздоровления и профилактики заболеваний школьников. Смоленск. 2013. 165 с.
4. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Text>
5. Фирсин С.А. Современная система физического воспитания детей и молодежи: Учебное пособие. – М.: МГУПС (МИИТ). 2015. 233 с.