

певної галузі економіки або промисловості. Ігровий характер таких занять сприяє також високій мотивації учнів до занять фізичною культурою і спортом та має високий позитивний фон, що в свою чергу підвищує й розумову діяльність та сприяє покращенню засвоєння програмованого матеріалу певної спеціальності.

Література:

1. Былеева Л. В., Коротков И. К., Яковлева В. Г. Подвижные игры. – М.: Просвещение, 1983. – 304 с.
2. Демчишин А. А., Мухин В. Н., Мозола Р. С. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков. – К.: Здоровья, 1989. – 168 с.
3. Махов В. Я. Теорія і методика навчання рухливих і спортивних ігор: Навч.-метод. посіб. – К.: ІЗМН, 2006. – С. 5–30.
4. Міхеев С. Подвижные игры в занятиях спортом. / С. Міхеев, С. Лобанов, І. Москаленко – М.: ФиС, 1991. – 118 с.

Зміст форм і методів ефективного впровадження олімпійської освіти у шкільне середовище

О.В. Маркова, *к.пед.н., старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання
Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка*

Сучасний світ і спорт, який є його важливим проявом, потребують духовності і дуже важливо продовжувати стійко зберігати традиції олімпійського руху, його моральні та виховні цінності. Вирішенню цього завдання покликане сприяти олімпійська освіта, метою якого є залучення дітей та молоді до духовно-моральних ідеалів і цінностей олімпізму. Актуальність розгортання олімпійської освіти пов'язана з протиріччям між високим рівнем розвитку спорту, досягнутим упродовж кількох десятиліть, і низьким рівнем впровадження ідеалів і цінностей олімпізму в процес освіти, зокрема дітей та молоді. Про необхідність розгортання та активізації олімпійської освіти йдеться у багатьох міжнародних офіційних документах, прийнятих в останні роки. Ще в Міжнародній хартії фізичного виховання і спорту, прийнятої ЮНЕСКО, під якою поставили свої підписи представники майже всіх держав-членів ООН, міститься заклик включати в державні програми соціального та культурного розвитку виховання молоді в дусі принципів олімпізму. У резолюції 3-й сесії Міжурядового Комітету з фізичного виховання та спорту при ЮНЕСКО висловлено побажання до всіх держав-учасниць Комітету «ввести або посилити викладання олімпійських ідеалів в школах та навчальних закладах відповідно до їх власної системи освіти». В Олімпійській хартії спеціально підкреслюється, що МОК і НОКи повинні всіляко сприяти олімпійській освіті молоді, пропаганді основоположних принципів олімпізму, поширенню його в навчальних програмах з фізичного виховання та спорту в школах і вузах.

За останній час в Україні відбуваються позитивні зміни у розвитку держави, в тому числі в галузі спорту. Так, все більше число людей, відповідальних за вибір пріоритетних напрямів діяльності у цій галузі, починають усвідомлювати, що Україна повинна бути великою спортивною державою не тільки перемогами наших спортсменів, а й поширенням по всій країні олімпізму - філософії життя, що звеличує та об'єднує в

збалансоване ціле тіло, волю та розум. Закон України «Про освіту» визначив у числі найважливіших принципів освіти його гуманістичний характер, пріоритет загальнолюдських цінностей, сприяння взаєморозумінню і співпраці між людьми і народами, реалізацію права молоді на вільний вибір поглядів і переконань. Здійснення в освітньому процесі цих принципів вимагає пошуку і використання нових, нетрадиційних, форм, методів і засобів освіти, які проповідують загальні для всього людства моральні та духовні цінності. До таких найважливіших соціальних явищ суспільства, що суттєво впливають на його життя, відноситься олімпійський рух.

Шкільна фізична культура, яка покликана стати одним з елементів суспільного виховання, на сьогоднішній день забезпечує виконання лише частину цієї програми, звертаючи увагу на формування фізичних якостей і рухових навичок. У вирішенні ж завдання прилучення молоді до гуманістичних ідеалів і цінностей олімпізму успіхів значно менше. Таким чином, сьогодні в Україні, як, мабуть, і в більшості країн, гостро відчувається необхідність організації системи розповсюдження знань про сутність олімпізму, олімпійський рух, Олімпійські ігри, яку тепер все більш прийнято називати системою олімпійської освіти. До числа найважливіших її завдань відноситься також формування у дітей та молоді принципів благородної поведінки, прагнення до гармонійного розвитку фізичних і духовних здібностей. Вирішення цього завдання стає особливо актуальним з урахуванням руйнування колишніх ідеологічних стереотипів, а також беручи до уваги що, певний відсоток молоді характеризується надмірним прагматизмом, нігілізмом і байдужістю до духовних цінностей. Створення ефективної системи олімпійської освіти можливе, зокрема, на основі включення олімпійської тематики у державні освітні стандарти, навчальні програми з фізичної культури загальноосвітніх шкіл, навчальні плани спортивних шкіл, програми діяльності позашкільних установ.

Для ефективного впровадження олімпійської освіти у загальноосвітні заклади нами пропонується створення при школах відкритого олімпійського клубу «Володар кілець», діяльність якого була б спрямована на розвиток олімпійського руху в шкільному середовищі, що в свою чергу сприяло б ефективному вихованню дітей у дусі ідеалів олімпізму та формуванню в них основ здорового способу життя. План роботи клубу необхідно обов'язково зв'язати з роботою обласного відділення НОК України. Основними завданнями програми є забезпечення та створення умов для пропаганди олімпійських ідеалів і реалізації фундаментальних принципів Олімпійської хартії в шкільному колективі, сприяння духовному взаємозбагаченню учасників програми, поширення обміну цінностями національної культури під знаком ідей олімпізму.

Основними напрямками роботи олімпійського шкільного клубу є:

- допомога в організації та проведенні шкільних заходів «Олімпійський урок» та «Олімпійський тиждень»;
- проведення вікторини «Кращий знавець історії Олімпійських ігор»;
- підготовка мультимедійної презентації «Ці чарівні п'ять кілець» та «Земляки-олімпійці»;
- організація зустрічей з відомими спортсменами-земляками, учасниками, призерами і переможцями минулих Олімпіад;
- допомога представникам обласного відділення НОК України в проведенні міських і районних заходів з пропаганди ідей олімпізму;
- допомога в організації олімпійського Дня бігу.

Основна мета «Олімпійського уроку» – виховання учнів на гуманістичних цінностях олімпійського руху, формування в них навичок та культури здорового

способу життя, залучення їх до активних занять фізичною культурою і спортом. Цей захід є всеукраїнським, як і «Олімпійський тиждень», і проводиться на другому тижні вересня. Учні старшої школи можуть виступати у якості помічників в організації «Олімпійського уроку» в молодших класах, проводити міні-вікторини, рухливі ігри та естафети, показові виступи на олімпійську тематику.

До проведення «Олімпійського тижня» в школі необхідно залучати не тільки школярів, а й усіх учасників педагогічного колективу. Так, учні разом з вчителями-предметниками можуть шукати цікаву інформацію з олімпійської тематики та пов'язувати її з навчальним матеріалом. Наприклад, участь в проведенні уроків географії: визначення географічного положення та позначки на карті столиці, знайомство школярів з економікою країн, де проводились олімпійські ігри. На уроках історії, наприклад, вихованці мають змогу презентувати змонтовані власноруч фільми «Від Олімпії до Лондону», де демонструються кращі моменти олімпіад, починаючи з 11 Олімпійських ігор у Берліні 1936 року (режисер Лені Рифеншталь) і закінчуючи відкриттям і закриттям Олімпійських ігор у Лондоні (Сочі).

На уроках з іноземної мови школярі можуть брати участь у пошуку інформації для перекладу про уславлених олімпійських чемпіонів, столиці країн, де проходили ігри. На уроках зарубіжної літератури учнів можна ознайомити з «Одою спорту» П'єра де Кубертена. На уроках трудового навчання вчитися виготовляти паперових голубів, медалі й подарунки переможцям.

Цікавою формою роботи може бути й олімпійська вікторина «Кращий знавець історії олімпійських ігор», яку організують окремо для молодшого, середнього і старшого шкільного віку. Вікторину проводять в позанавчальний час і розпочинають з простих питань, які поступово ускладнюються. Необхідно, щоб вікторині передував відбірковий тур: у кожному класі було проведено попередні тести, які складаються з 10 питань, за результатами яких можна було б відібрати учасників загальношкільного туру вікторини.

Мультимедійні презентації за тематикою «Ці чарівні п'ять кілець» та «Земляки-олімпійці», яку самостійно створюють учні, можна презентувати не тільки у стінах своєї школи, а й для співпраці з обласним відділенням НОК України для популяризації ідей олімпізму та розширення знань з олімпійського руху серед школярів загальноосвітніх закладів міста. Матеріали, що використовуються у підготовці презентацій, необхідно, щоб були цікавими, емоційно насиченими, треба кожний малюнок, або відеофрагмент коментувався учнем – знавцем історії Олімпійських ігор. Презентацію «Земляки-олімпійці» можна підготувати у співпраці з представниками народного музею спортивної слави, які мають можливість зберігати старі фотокартки учасників і переможців олімпійських ігор, сучасні фотографії та відеофрагменти участі земляків в Олімпійських, Паралімпійських і Дефлімпійських іграх.

Активно залучати школярів можна й до організації та участі в олімпійському Дні бігу. Напередодні проведення заходу вихованці разом з вчителем праці, або образотворчого мистецтва, мають можливість виготовити запрошення та рознести їх за місцем проживання учнів з метою зацікавити їх до участі в акції. Допомога учнівської молоді представникам обласного НОК України може бути і у більш простому варіанті – розповсюдження афіш до Дня олімпійського бігу. Безпосередня участь в цій акції об'єднує дітей незалежно від віку, статі, фізичної підготовленості й соціального статусу. Таким чином, вони долучаються до виховання в душі філософії олімпізму та на власному прикладі мають змогу демонструвати необхідність займатися фізичною культурою та спортом, не тільки заради перемог, а й заради зміцнення здоров'я.

Перед українцями та Україною, що встала на шлях духовного відродження та вирішення економічних проблем, стоять величезні труднощі. Для досягнення поставлених цілей і подолання важкого становища потрібні не тільки величезні матеріальні ресурси. Потрібні активні, творчо обдаровані, здорові і фізично розвинені люди, які прагнуть до різнобічного розвитку і прояву своїх здібностей, в яких головним є духовно-моральні цінності у своєму ставленні до інших людей, до природи і до самих себе. Але саме на ці життєві цінності й орієнтує філософія олімпізму. По-друге, філософія олімпізму в певній мірі здатна заповнити той ідеологічний вакуум, який виник в умах молоді в результаті кардинальних змін, що відбуваються в останні часи в політиці та економіці нашої країни.

Література:

1. Булатова М. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи загальноосвітніх навчальних закладів України / М. М. Булатова, В. М. Єрмолова. – К. : Олімп. л-ра. – 2007. – 44 с.
2. Єрмолова В. М. Фізична культура : підручник для 9 кл. загальноосвітньої школи /В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2008. – 208 с.
3. Олимпийские академии России : материалы IV семинара президентов олимп. академий в рамках IX Всерос. научно-практ. конф. «Олимпийское движение и социальные процессы». – М., 1999. – 110 с.

Как быть здоровым

К.Н. Марченко, *доцент кафедры информатики, прикладной математики и физики,*
В.М. Пестунов, *к.т.н., профессор кафедры станков и систем,*
Кировоградский национальный технический университет

Здоровье, удобство, приятность жизни – это естественное состояние человека. И, в то же время, заметьте, люди настолько привыкли к напряжению, дискомфорту, болезням, протекающим последовательно или параллельно, страданию, что это все стало для них естественным, должным, узаконенным.

Учить человека быть здоровым нужно с детства – это существенная, а может быть и главная составляющая воспитания, поскольку здоровье человека является интегральным показателем и следствием всех остальных факторов воспитания и отношения с миром.

В школе дети несколько лет подряд изучают предмет "Основы здоровья". Возникает вопрос: почему же продолжают болеть как ученики, так и учителя?

Традиционно здоровье или нездоровье связывается с внешними факторами: переохлаждение, немытые руки, эпидемия, общение с больным человеком и т.п. Такое представление не только ложно, но и вредно для человека, поскольку создает ложные убеждения и жизненные программы, сужает рамки человеческого приятия и жизнедеятельности. Такой подход не улучшает состояние здоровья человека, поскольку лишает его понимания и механизмов волевого воздействия на собственное здоровье.

Если "поймать" болезнь на пороге в самом начале ее возникновения – легкого недомогания и дискомфорта в теле, можно осознать ее связь с последними событиями в своей жизни: реакцию на чьи-то слова или поступки, на информацию, чихание и кашель собеседника. Тогда мы уже касаемся причин и проникаем в механизмы своего внутреннего мира. Мы начинаем понимать, что в возникновении болезни важны не слова собеседника, а наша интерпретация этих слов, отношение, порождающие негодование или