

ОРГАНІЗАЦІЯ ПОЗАШКІЛЬНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ НА СУМЩИНІ

Кіріченко Л.О., Бурла О.М., Хоменко С.В.

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

навчально-науковий інститут фізичної культури

Сумський національний аграрний університет

**Анотація.** У дослідженні проведено аналітичний огляд науково-методичної літератури з проблеми організації позашкільної роботи з фізичного виховання, а також довідково-інформаційних документів які висвітлюють використання позашкільних форм фізичного виховання дітей і підлітків у Сумській області. Проаналізовано поняття позашкільної роботи з фізичного виховання та висвітлені її завдання. Виокремлені форми роботи з фізичного виховання у позашкільний час із школярами, а також розкрито низку проблем, які необхідно вирішувати для покращення організації позашкільної фізкультурної роботи на Сумщині.

**Ключові слова:** позашкільне фізичне виховання, діти та підлітки, гармонійний розвиток, здоров'я, спортивна підготовка.

**Постановка проблеми.** Головним у становленні людини є шкільний вік. Саме в цей період закладаються основи міцного здоров'я. Здоров'я та фізична підготовленість школярів — найважливіші складові фізичного потенціалу нації. За сучасних умов фізична культура повинна стати природною потребою і частиною здорового способу життя дітей і підлітків. В останні роки через високе навчальне навантаження в режимі дня у більшості школярів спостерігається дефіцит рухових дій, що негативно відображається на функціонуванні багатьох систем організму дитини. Необхідною умовою гармонійного розвитку учнів є достатня рухова активність. На думку Б.М.Шияна, гармонійний розвиток особистості можливий за умови раціонально організованої та систематично здійснюваної рухової діяльності дитини, а також за умови формування у школяра основних уявлень про фізичну культуру та здоровий спосіб життя [9]. Покращити здоров'я в рамках тільки уроків фізичної культури в шкільних закладах практично не можливо. Компенсувати недостатню оздоровчу ефективність шкільної системи

фізичного виховання дозволяє позашкільна робота з фізичного виховання дітей та підлітків. Водночас цій сфері залишається багато невирішених проблем. Зокрема, у позашкільній роботі недостатньо узгодженні фізкультурно-оздоровчий і спортивний напрямки фізичного виховання. Все це вказує на актуальність обраної теми і свідчить про необхідність проведення спеціальних досліджень у цьому напрямі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Питаннями підвищення ефективності фізичного виховання дітей та підлітків займалися різні науковці. Роботи видатних вчених О.С.Куца (2007), Л.В.Волкова (2005), Т.Ю.Круцевич (2012), Б.М.Шияна (2008) присвячені удосконаленню та оптимізації системи фізичного виховання школярів. Т.В.Петровська (2007), Н.В.Москаленко (2007), А.О.Артюшенко (2001), В.В.Веселова (2001), присвятили свої дослідження диференційованому фізичному вихованню. Фізичний розвиток особистості та її формування у процесі фізичного виховання висвітленні у працях Л.В.Волкова (2002), Б.М.Шияна (2009). Педагогічні умови ефективного впливу позашкільних спортивних занять на виховання фізичної культури учнів загальноосвітніх шкіл охарактеризували вітчизняні науковці Е.С.Вільчковський (2005), М.Д.Зубалій (2005), а також російські вчені В.К.Бальсевич (2006), В.К.Спірін (2002), А.П.Матвеев (2007), Л.І.Лубишева (2002).

**Мета дослідження:** проаналізувати стан і проблеми фізичного виховання дітей та підлітків у Сумській області та виокремити форми роботи із школярами у позашкільний час. Відповідно до мети дослідження були поставлені наступні **завдання:** 1) проаналізувати науково-методичну літературу з проблеми дослідження; 2) з'ясувати проблеми в організації фізичного виховання дітей і підлітків у Сумській області.

У ході дослідження був використаний метод аналізу та узагальнення документальних матеріалів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Невід'ємною природною потребою здорового способу життя школярів є фізична культура. Згідно з

Законом України «Про фізичну культуру і спорт» фізична культура визначається як «діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя. Фізична культура має наступні напрями: фізичне виховання різних груп населення, масовий спорт, фізкультурно-спортивна реабілітація» [5].

Фізичне виховання має велике значення у підготовці дітей та підлітків до продуктивної праці, а також у створенні фундаменту для їхнього усебічного фізичного розвитку. Український педагог В.О.Сухомлинський вказував, що заняття фізкультурою і спортом грають велику роль у фізичному і духовному розвитку дітей. Але основну функцію ці заняття виконують лише тоді, коли вся навчально-виховна робота перейнята турботою про здоров'я, гармонійний фізичний і духовний розвиток людини, оскільки від "життєдіяльності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили" [8].

На сьогодні навчання в школі, підготовка домашніх завдань збільшують навантаження на організм дитини, що призводить до зменшення рухової активності, внаслідок чого виникає недостатність м'язової діяльності і збільшуються статичні напруги. Крім того, виникає необхідність засвоєння та переробки значного обсягу інформації, що спричиняє збільшення напруги зорового апарату. Великі розумові і статичні навантаження у школі, відсутність додаткової рухової активності, малорухомий спосіб життя через прив'язаність до телевізора і комп'ютера, нераціональне харчування призводять до того, що у багатьох школярів погіршується зір, діяльність серцево-судинної та дихальної системи, порушується обмін речовин, послаблюється імунітет організму до різних захворювань. Протидією негативним наслідкам обмеження рухового режиму дітей та підлітків є фізична культура і спорт, які можуть бути важливим чинником збереження і зміцнення здоров'я, покращення працездатності та зниження втомлюваності, підвищення опірності організму до різних захворювань у період навчання.

У шкільному фізичному вихованні загалом розрізняють урочні й позаурочні форми. Урочні форми – це уроки, тобто форми, що належать до класно-урочної системи занять. Урок фізкультури є основною формою фізичного виховання у загальноосвітніх школах і, як правило, зводиться до проведення занять за розкладом в строго певні часові рамки під керівництвом викладача. Урок є обов'язковим для всіх учнів і має на меті забезпечення знань, умінь та навичок, передбачених державною учбовою програмою. При цьому у процесі фізичного виховання зусилля викладача фізкультури в основному спрямовані на підготовку школярів до виконання нормативів фізичної підготовленості, а не на виконання основних завдань фізичного виховання, а саме, зміцнення здоров'я та загартування організму, гармонійного розвитку дітей та підлітків, формування у них життєво важливих рухових навичок та вмінь [9]. Незважаючи на те, що згідно з Листом Міністерства освіти і науки України «Особливості вивчення базових дисциплін в загальноосвітніх учбових закладах у 2015/2016 навчальному році» [7], у початкових та середніх класах на проведення уроків з фізичної культури передбачено три години на тиждень, навіть цього часу недостатньо щоб в рамках уроків фізичної культури в шкільних закладах покращити здоров'я школярів.

Вихованню, розширенню і поглибленню знань дітей та підлітків, їхньому фізичному розвитку сприяє спеціально організована виховна робота у позашкільний час, яка спрямована на формування морального і фізичного здоров'я підростаючого покоління. Таку роботу називають позакласною та позашкільною. Згідно з Законом України «Про позашкільну освіту» позашкільна робота — це освітньо-виховна діяльність позашкільних закладів для дітей та юнацтва [4]. В Законі підкреслюється важливість цілеспрямованого вирішення завдань формування у школярів здорового способу життя, свідомого і відповідального ставлення до власного здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку.

Не зважаючи на єдину цільову спрямованість, позашкільна робота відрізняється від шкільної, яка проводиться на уроках фізичної культури. По-перше, вона організується на добровільних засадах, які проявляються в тому, що зміст і форми занять визначаються спортивною установою, де проводиться позашкільна робота з врахуванням конкретних умов роботи, а дітям та підліткам надається право вибору видів занять. По-друге, в основі роботи лежить суспільна активність тих хто займається, об'єднаних в колектив фізичної культури, при постійному контролі і керівництві їх діяльністю з боку адміністрації, членів педагогічного колективу та батьківської спільноти. По-третє, педагогічне керівництво в процесі позашкільної роботи набуває в значній мірі консультативно-рекомендаційний характер, який стимулює прояв творчої ініціативи дітей і підлітків в проведенні різних форм позашкільної роботи.

Завданням позашкільної роботи з фізичного виховання є закріплення, збагачення та поглиблення знань, набутих у процесі навчання, застосування їх на практиці, вироблення умінь і навичок самоосвіти; формування інтересів до фізичної культури та спорту, виявлення і розвиток індивідуальних здібностей, організація дозвілля школярів, а також підвищення рухової активності, зміцнення здоров'я, покращення фізичної підготовленості школярів, удосконалення їх морально-вольових якостей.

Для досягнення масового охоплення дітей і підлітків позашкільною фізкультурно-оздоровчою роботою необхідно використовувати різноманітні форми організації і проведення занять з дітьми з врахуванням їх віку, стану здоров'я і фізичної підготовленості. Серед основних форм виділяють: походи, подорожі, експедиції, навчально-тренувальні збори, змагання, фізкультурні свята, заняття в спортивних секціях, тобто те, що не передбачено шкільною програмою. Тільки комплексне використання усіх форм фізичного виховання може забезпечити включення фізичної культури в спосіб життя школярів, досягнення оптимального рівня фізичної активності.

Поряд із загальною школою, якій належить провідна роль у всебічному розвитку особистості школяра особливе значення належить батькам та установам додаткової освіти. На Сумщині діє велика кількість спеціальних установ, завданням яких є забезпечення виконання фізичного виховання дітей та підлітків у вільний від навчання час. До них відносяться державні, приватні та громадські установи й організації, такі як дитячо-юнацькі спортивні школи, дитячі екскурсійно-туристські станції, дитячі спортивні відділення при стадіонах та школах, оздоровчі центри тощо.

Виходячи із досвіду організації позашкільної роботи з фізичного виховання у радянські часи, необхідно відзначити таку форму позашкільної роботи з фізичного виховання дітей та підлітків, як організація позаміських закладів оздоровлення та відпочинку, де активно використовуються оздоровчі можливості природного середовища, а також літніх спортивно-оздоровчих таборів, завданням яких є дотримання повсякденного режиму здорового способу життя, підвищення соціальної активності і зміцнення здоров'я, а також поліпшення національно-патріотичного виховання школярів. Щоденний контакт дітей з природою, активний відпочинок мають позитивний вплив на школярів, розвиваючи в них, крім фізичної підготовки, такі якості, як працелюбність, колективізм, воля. Один місяць тренування в такому таборі за своєю ефективністю не поступається піврічному періоду занять в стаціонарних умовах спортивної школи.

Але, на жаль, сьогодні кількість таких таборів та інших спеціалізованих позашкільних закладів фізичного виховання дітей різко зменшилася, вони стали менш доступними або фактично припинили своє існування. У Сумській області, згідно з Державним реєстром дитячих закладів оздоровлення та відпочинку, зареєстровано всього 27 таких закладів [1]. Із загальної кількості у 2014-2015 роках діяли лише 11 таборів: 3 – державних, 4 – комунальних і 4 – приватних. Треба підкреслити, що з 11 діючих закладів лише один включав у себе фізкультурно-спортивну діяльність, і один – діяльність по оздоровленню дітей з обмеженими можливостями. Враховуючи

значущу роль позашкільної роботи з фізичного виховання, мережа таких закладів потребує відновлення.

На сьогодні створено сприятливі умови для занять фізичною культурою і спортом за місцем проживання та в місцях масового відпочинку населення. Комунальною установою Центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» проведено 70 спортивно-масових заходів, в яких взяло участь більше 4 тисяч чоловік. Проведено спартакіаду «Юність», під час оздоровчої літньої кампанії - спартакіаду серед 6 заміських оздоровчих таборів з 5 видів спорту, а також проведені багатетапні комплексні заходи, які включають в себе від 15 до 30 видів спорту, зокрема, спортивні ігри школярів, обласну Олімпіаду «Сяйво надій», обласний фізкультурно-патріотичний фестиваль школярів «Козацький гарт», що дозволили тільки за 2012-2013 роки залучити близько 34% школярів до систематичних занять фізичними вправами [6]. Проводиться робота щодо організації змістового сімейного дозвілля батьків та дітей шляхом проведення свята: «Тато, мама, я – спортивна сім'я», переможці якої взяли участь в обласних змаганнях. [2] Взагалі до фізкультурно-оздоровчих занять за місцем проживання населення залучено 46,35 тис. осіб або 4,13% населення області [3].

Продовжується робота по забезпечено проведення заходів серед сільського населення «Краще спортивне село Сумщини», обласного конкурсу серед сільської молоді «Сільські богатирі» та інших фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів. Але разом з тим кількість сільського населення залученого до занять фізкультурою і спортом зменшилася на 6,3 тис. осіб і складає 32,1 тис. осіб, що становить 9,26% від загальної кількості сільського населення. [3].

Для проведення фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи серед людей з вадами здоров'я в області функціонує регіональний центр з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт», створені та діють Сумська обласна організація федерації глухих України, Сумська обласна організація федерації незрячих України. На сьогодні до занять у спортивних секціях та групах

залучено 1139 осіб з вадами здоров'я. У містах районного значення працюють тренери від регіонального центру з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт». Разом з тим не створені міські центри з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» у місті Суми, що значно впливає на подальший розвиток фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи серед інвалідів [3].

Важливе значення в процесі фізичного виховання школярів має спортивна підготовка. Забезпечуючи розвиток фізичних, інтелектуальних здібностей і моральних якостей вона формує навички спортивного стилю життя, поліпшує культуру рухової та спортивної активності, які сприяють підвищенню фізичної працездатності, а також психофізичної підготовки до майбутньої професійної діяльності і підготовки спортивного резерву. У вирішенні цих завдань важливим є взаємодія школи із установами спортивного напрямку, які є однією з найефективніших форм підготовки спортивного резерву, формування у юних спортсменів потреби у здоровому способі життя, виховання відповідальності і професійного самовизначення відповідно з індивідуальними здібностями [9].

Установи спортивного напрямку дозволяють залучити широке коло дітей і підлітків до регулярних занять спортом у гуртках і секціях, завданнями яких є створення умов для прищеплення учням звички до систематичних занять, сприяння запровадженню фізичної культури в побут, а також масових змагань і спортивних свят, які передбачають чітку організацію, дотримання певних ритуалів, що забезпечує комплексне розв'язання завдань виховання школярів: фізичного, морального, естетичного та ін.

У формуванні стійкого інтересу дітей до занять фізичною культурою та обраного виду спорту важливу роль відіграють заняття у дитячо-юнацьких спортивних школах. Дитячо-юнацькі спортивні школи є позашкільними навчальними закладами спортивного профілю. Їх роль полягає у забезпеченні розвитку здібностей дітей та підлітків в обраному виді спорту, створенні



необхідних умов для гармонійного виховання, фізичного розвитку, повноцінного оздоровлення, змістовного відпочинку і дозвілля дітей і молоді, самореалізації, набуття навичок здорового способу життя, підготовки спортсменів для резервного спорту [5].

Згідно доповідної записки колегії Сумської обласної державної адміністрації «Про стан та перспективи виконання повноважень у галузі фізичної культури і спорту» від 23.12.2015 року на сьогодні в області працює 51 дитячо-юнацька спортивна школа, до занять в яких залучено 16,5 тис. дітей, підлітків та молоді, що складає 16,1% від загальної кількості учнівської молоді та є другим показником по Україні (середній показник по державі – 12,7%). [3]. Протягом 2015 року в області проведена відповідна робота щодо оптимізації мережі дитячо-юнацьких спортивних шкіл шляхом їх укрупнення. Незважаючи на те, що при проведенні оптимізації було забезпечено збереження чисельності учнівського і тренерського складу та матеріально-технічної бази, все ж у зв'язку з недостатнім фінансуванням декілька секцій та відділень було закрито.

Нажаль, сьогодні на практиці вся робота секцій та гуртків при школах та ДЮСШ зводиться до фізичної підготовки юних спортсменів і дуже мало часу приділяється фізкультурно-оздоровчому напрямку фізичного виховання. На наш погляд це пов'язано з тим, що відсутня науково обґрунтована система фізичного виховання, не розроблена цілісна концепція цієї системи, яка об'єднувала б обидва напрямки.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Аналіз науково-методичної літератури, а також довідково-інформаційних документів які висвітлюють використання позашкільних форм фізичного виховання у Сумській області, виявив низку проблем, які необхідно вирішувати для покращення організації фізкультурної роботи у позашкільний час:

- питання організації позашкільних занять з фізичного виховання дітей та підлітків за останні роки не втратили своєї актуальності, про що свідчить значна кількість дисертаційних робіт і наукових публікацій;

- різко зменшилася кількість позаміських закладів оздоровлення та відпочинку, спортивно-оздоровчих таборів та інших спеціалізованих позашкільних закладів фізичного виховання дітей, вони стали менш доступними або фактично припинили своє існування;

- в порівнянні з минулими роками кількість сільського населення залученого до занять фізкультурою і спортом значно зменшилася;

- не створені міські центри з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» у місті Суми, що значно впливає на подальший розвиток фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи серед інвалідів;

- робота позашкільних спортивних закладів зводиться до фізичної підготовки юних спортсменів і дуже мало часу в організації занять приділяється фізкультурно-оздоровчому напрямку фізичного виховання.

Проведене дослідження показало, що не зважаючи на кількість проблем, які потребують вирішення, на сьогодні у Сумській області створено сприятливі умови для позашкільної роботи з фізичного виховання, зокрема для занять фізичною культурою і спортом за місцем проживання та в місцях масового відпочинку населення, продовжується робота по забезпеченню проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів серед сільського населення та людей з вадами здоров'я.

У подальших дослідженнях передбачається вирішення завдань фізичного виховання школярів та розвитку масового спорту в позашкільних закладах шляхом:

- пошуку нових, привабливих форм, методів і засобів організації фізкультурно-спортивних занять, покликаних забезпечити зміцнення здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості школярів;

- впровадження системи моніторингу фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів;

- забезпечення процесу фізичного виховання дітей та підлітків сучасними науково обґрунтованими і апробованими програмами, методичними рекомендаціями.

## Список використаної літератури

1. Державний реєстр дитячих закладів оздоровлення та відпочинку [Електронний ресурс] — Режим доступу: <http://drdz.mlsp.gov.ua/msm/>
2. Додаток до рішення Сумської міської ради «Про хід виконання рішення Сумської міської ради від 26 грудня 2012 року № 2042-МР «Про програму розвитку фізичної культури і спорту в місті Суми на 2013–2015 роки» (зі змінами), за підсумками 2014 року від 25 березня 2015 року № 4155 – МР [Електронний ресурс] — Режим доступу: <https://docviewer.yandex.ua/?url=http%3A%2F%2Fwww.meria.sumy.ua%2Fengine%2Fdownload.php%3Fid%3D21742&name=download.php%3Fid%3D21742&lang=uk&c=568e79caa2af>
3. Доповідна записка колегії Сумської обласної державної адміністрації «Про стан та перспективи виконання повноважень у галузі фізичної культури і спорту за 2012-2015р.р.» [Електронний ресурс] — Режим доступу: <https://docviewer.yandex.ua/?url=http%3A%2F%2Fsm.gov.ua%2Fimages%2Fdocs%2Fkolegia%2F24.12.2015%2Fdov5.doc&name=dov5.doc&c=568e693310a0>
4. Закон України «Про позашкільну освіту» ВВР України, 2000 р., №46, ст. 393; 372; 2015 р., №6, ст. 40 [Електронний ресурс] — Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1841-14/page>
5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» №3809-ХІІ від 24.12.93 із змінами, внесеними згідно із Законом №453-VІІІ від 19.05.2015 [Електронний ресурс] — Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
6. Інформаційно-аналітичний звіт управління освіти і науки Сумської обласної державної адміністрації за 2012-2013 навчальний рік [Електронний ресурс] — Режим доступу: [http://education-trost.at.ua/\\_ld/0/94\\_OyM.pdf](http://education-trost.at.ua/_ld/0/94_OyM.pdf)
7. Лист Міністерства освіти і науки України «Особливості вивчення базових дисциплін в загальноосвітніх учбових закладах у 2015/2016 навчальному році» від 26.06.2015, №1/9-305 [Електронний ресурс] — Режим доступу: <http://document.ua/pro-vivchennja-bazovih-disciplin-u-zagalnoosvitnih-navchalni-doc234081.html>

8. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: В 5 т. –К ., 1977. – Т.4. – С. 141-142.
9. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. — Частина 1. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2009. — 272 с.

ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ  
ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ НА СУМЩИНЕ

Кириченко Л.А., Бурла А.М., Хоменко С.В.

Сумский государственный педагогический университет  
имени А.С. Макаренко

Сумский государственный педагогический университет имени  
А.С. Макаренко, учебно-научный институт физической культуры  
Сумский национальный аграрный университет

**Аннотация.** В исследовании проведен аналитический обзор научно-методической литературы по проблеме организации внешкольной работы по физическому воспитанию, а также справочно-информационных документов освещающих использование внешкольных форм физического воспитания детей и подростков в Сумской области. Проанализировано понятие внешкольной работы по физическому воспитанию и освещены ее задачи. Выделены формы работы по физическому воспитанию в учебное время со школьниками, а также раскрыт ряд проблем, которые необходимо решать для улучшения организации внешкольной физкультурной работы на Сумщине.

Ключевые слова: внешкольное физическое воспитание, дети и подростки, гармоничное развитие, здоровье, спортивная подготовка.

ORGANIZATION OF OUT-OF-SCHOOL WORK ON PHYSICAL  
EDUCATION OF CHILDREN AND TEENAGERS  
IN SUMY REGION

L. Kirichenko, A. Burla, S. Khomenko

Sumy State Pedagogical University named after AS Makarenko  
Sumy State Pedagogical University named after AS Makarenko Educational and  
Research Institute of Physical Culture  
Sumy National Agrarian University

**Annotation.** The research provides an analytical review of scientifically-methodical literature on issue of organization of out-of-school work with of physical education, and also certificate-informative documents that light up the use of out-of-school the forms of physical education of children and teenagers in the Sumy area. The concept of out-of-school work with of physical education is analysed and her tasks are lighted up. Emphasized the forms of work with of physical education in out-of-school time with schoolchildren, and also was educed the row of problems that must be decided for an improvement of organization of out-of-school physical education in the Sumy region.

Key words: out-of-school physical education, schoolchildren and adolescents, harmonious development, health, sport training.