

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-479-5-21>

**THE USE OF VARIOUS TYPES OF MOTOR ACTIVITY
WITH STUDENTS IN THE ADAPTATION CYCLE
OF BASIC SECONDARY EDUCATION**

**ВИКОРИСТАННЯ РІЗНИХ ВИДІВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ
З УЧНЯМИ В АДАПТАЦІЙНОМУ ЦИКЛІ БАЗОВОЇ
СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ**

Trachuk S. V.

*Doctor of Physical Education,
Associate Professor,
Associate Professor at the Department
of Theory and Methodology
of Physical Education
National University of Physical Education
and Sports of Ukraine
Kyiv, Ukraine*

Трачук С. В.

*кандидат наук з фізичного виховання
і спорту, доцент,
завідувач кафедри теорії
і методики фізичного виховання
Національний університет фізичного
виховання і спорту України
м. Київ, Україна*

Holub V. A.

*Doctor of Physical Education,
Associate Professor,
Head of the Department of Theory
and Methods of Physical Education
Kremenets Regional Humanitarian
and Pedagogical Academy named
after T. Shevchenko
Kremenets, Ukraine*

Голуб В. А.

*кандидат наук з фізичного виховання
і спорту, доцент,
завідувач кафедри теорії
та методики фізичного виховання
Кременецька обласна гуманітарно-
педагогічна академія імені Т. Шевченка,
м. Кременець, Україна*

Holoborodko M. Yu.

*graduate student, department of theory
and methods of physical education
National University of Physical Education
and Sports of Ukraine
Kyiv, Ukraine*

Голобородько М. Ю.

*аспірант кафедри теорії і методики
фізичного виховання
Національний університет фізичного
виховання і спорту України
м. Київ, Україна*

Заходи по підвищенню рухової активності населення Європи визнаються в якості одного із самих економічно ефективних підходів суспільної охорони здоров'я [1, 3, 4].

Незважаючи на загальновідому користь і визнання рухової активності, спостерігається глобальна тенденція до її зниження. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), у всьому світі не відповідають глобальним рекомендаціями з фізичної активності на користь здоров'я 23% дорослих і 81% підлітків (у віці 11–17 років) [3].

Сьогодні українська освіта, орієнтуючись на світові освітні вектори розвитку, визнає необхідним створення безпечного здорового

освітнього середовища для забезпечення прав дітей на освіту та надання їм якісних освітніх послуг.

Модель сучасного закладу освіти вбачається у створенні педагогічного та здоров'язберігаючого простору школи для забезпечення оптимального функціонального стану організму та стійкого рівня розумової і фізичної працездатності школярів.

Реалізацію стратегії формування безпечного освітнього середовища у новій українській школі передбачається здійснювати в комплексності розвитку фізичної культури та підвищення рівень рухової активності учнів шляхом з широким залученням працівників закладів освіти, батьків та місцевих громад до формування культури рухової активності [4, 5].

Для забезпечення наступності між базовою та профільною середньою освітами в закладах загальної середньої освіти введена комплексна модельна навчальна програма базового предметного навчання фізичної культури.

Програма реалізує визначені в стандарті ціннісні орієнтири, ключові компетентності та наскрізні уміння здобувачів освіти, й закладає основу для реалізації завдань освітньої галузі «Фізична культура» Державного стандарту базової середньої освіти [2].

Змістове наповнення варіативної складової заклад загальної середньої освіти добирає самостійно із модулів модельної навчальної програми. Загалом учні на адаптаційному циклі базової середньої освіти мають опанувати 9-12 варіативних модулів.

При доборі варіативних модулів враховується наявність матеріально-технічної бази, регіональні традиції, кадрове забезпечення, гендерність, рівень безпеки, а також сезонність, коли заняття проходять на відкритих майданчиках чи у спортивних залах. Вибір варіативного модулю здобувачами освіти відбувається завчасно до початку кожної чверті/триместрі із 3-5 модулів, запропонованих освітнім закладом, після попереднього ознайомлення з їх особливостями [2].

На сьогодні в програмі запропоновано 60 варіативних модулів серед яких: аеробіка, активні парки, алтимат-фрізбі, американський футбол (флаг-футбол), бадмінтон, баскетбол 3×3, баскетбол, бойовий хортинг, біатлон, військово-спортивні ігри, елоспорт, волейбол, вправи з гириями, гандбол, гімнастика, дартс, дзюдо, дитячий (настільний) більярд, додзбол (вибивний), здоровий спосіб життя, корфбол, лакрос, легка атлетика, настільний теніс, падбол, падел, панна, петанк, пікльбол, плавання, пляжний бадмінтон (airbadminton, вуличний бадмінтон), пляжний бейсбол (гилка), пляжний волейбол, профільна (професійно-прикладна) фізична культура, регбі (регбі-5) рінго, рукопашний бій, рятувальне багатоборство (школа безпеки), самбо, «спорт заради

розвитку», скандинавська ходьба, сквош, скелелазіння, боулдерінг і альпінізм, слалом (роликові ковзани), сумо, спортивно-настільні ігри (снігри), спортивне орієнтування, теніс, туризм, ушу, фістбол, утбол, фут зал, хокей на трав, хортинг, хортинг фехтування чирлідінг, шахи, ашки, Cool Games [2].

В попередніх наших дослідженнях визначалася також думка учнів середнього шкільного віку відносно варіативних модулів, які їм імпонують, і в повному спектрі представлені в програмі. Для хлопців середнього шкільного віку міських шкіл є цікавими наступні модулі: баскетбол (49,25%), волейбол (38,81%), бадмінтон (32,84%), футбол (28,36%) і настільний теніс (28,36%). Є також цікавими гандбол, вправи з гантелями, легка атлетика, спортивне орієнтування (16,42%) [1, 3].

У хлопців середнього шкільного віку сільських шкіл визначено інтерес до таких модулів: баскетбол (45,65%), волейбол (36,96%), військово-патріотичні ігри (41,30%), спортивне орієнтування, настільний теніс і футбол (28,26%). Є частка хлопців, яким імпонує бадмінтон (23,91%), регбі (1,57%) та вправи з гириями (17,39%). Щодо скомпонованості варіативних модулів, – спостерігається деяка різниця в їх виборі; так у хлопців сільських шкіл є значний інтерес до військово-патріотичних ігор, спортивного орієнтування.

Популярним у дівчат середнього шкільного віку міських шкіл є варіативні модулі: аеробіка (26,47%), баскетбол (35,29%), степ аеробіка (33,82%), волейбол (30,88%), аквааеробіка (25,00%), плавання (26,47%). Серед модулів, які викликали інтерес, також можна виділити теніс (22,06%), черлідінг (17,65%). В сільських школах для дівчат середнього шкільного віку цікавими є наступні варіативні модулі: спортивне орієнтування (43,75%), баскетбол (39,58%), бадмінтон, волейбол (35,42%), степ аеробіка (27,08%), аеробіка (25,00%). Викликає інтерес також черлідінг, настільний теніс (22,92%)[1, 3].

Визначено, що степ-аеробіка, аквааеробіка, черлідінг викликають зацікавленість у дівчат середнього шкільного віку в незалежності від територіальної локації закладу загальної середньої освіти. Однак важливим моментом є їх практична реалізація з урахуванням всіх внутрішніх і зовнішніх факторів. Загалом запропоновані модулі викликали інтерес в учнів середнього шкільного віку з різною часткою. Відповідна просвітницька робота може сприяти збільшенню популярності варіативних модулів за рахунок проінформованості про правила гри, особливості їх проведення, яскравих відеодемонстрацій тощо.

Отже, на наш погляд, відповідними критеріями відбору варіативних модулів безперечно є наявність матеріально-технічної інфраструктури, екологічність освітнього середовища, спортивні традиції регіону,

забезпечення кадрами та бажання учнів, що і визначає характерні тенденції, які відображені в наших даних з урахуванням різної територіальної локації.

Література:

1. Трачук Сергій, Круцевич Тетяна, Мамедова Інна. Умови для реалізації модульного підходу на уроках фізичної культури в сільських і міських закладах загальної середньої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 2. С. 101–110. DOI: 10.32540/2071-1476-2022-2-101
2. Семененко В., Трачук С., Теліус В., Малишева О. Європейський досвід організації фізичної активності дітей та підлітків: проблематика і перспективи. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 3. С. 56–62 DOI: 10.32652/tmfvs.2023.3.56–62
3. Трачук С., Голуб В., Довгаль В., Сиротюк С. Складники рухової активності хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі школи. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 4. С. 60–65 DOI: 10.32652/tmfvs.2023.4.60–65
4. Трачук Сергій, Семененко Вячеслав, Долженко Людмила, Мамедова Інна, Довгаль Василь. Сталий розвиток освітнього середовища для заохочення рухової активності школярів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 2. С. 81–85. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.81-85
5. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 7-9 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Баженков Є. В., Коломоєць Г. А., Боляк А. А., Дутчак М. В., Дніпров О. С., Бідний М. В., Ребрина А. А., Деревянко В. В., Малечко Т. А., Омеляненко І. О., Волкова І. В., Педан О. С. та інші). 2023. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2023/Model.navch.prohr.5-9.klas/Fiz.kult.2023/Fiz.kult.7-9.kl.Bazhenkov.ta.in.24.08.2023.pdf>