

Список використаних джерел

1. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Педагогіка і психологія професійної освіти: Науково-методичний журнал. – 2002. – № 1. – С. 152–157.
2. Завидівська Н. Н. Педагогічні засади формування здорового способу життя студентів вищих закладів освіти економічного профілю: метод реком. / Н. Н. Завидівська. – Львів ЛІБ НБУ, 2001. – 38 с.
3. Косолапов А. Б. Проблемы изучения, сохранения и развития здоровья студентов : монография / А. Б. Косолапов. – Владивосток, 2003. – 200 с.
4. Футорний С. М. Про необхідність здоров'язберігаючих технологій у процесі фізичного виховання студентської молоді / С. М. Футорний // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журнал. – Харків, 2012. – № 2. – С. 26–30.

В.В. Спіцин, канд. пед. наук, доц. (*ХДУХТ, Харків*)

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В ДИТЯЧІЙ ГРОМАДСЬКІЙ ОРГАНІЗАЦІЇ «ПЛАСТ»

Постановка проблеми. За роки незалежності в Україні було створено близько 5 тисяч дитячих громадських організацій, що мають різні напрямки діяльності, цілі, ідеологічні засади, історію, традиції, атрибути. Становлення дитячих громадських об'єднань відбувалося на основі чинного законодавства, зокрема закону «Про молодіжні та дитячі громадські організації», підписаного Президентом України 1 грудня 1998 року.

Серед таких дитячих громадських організацій особливе місце посідає спортивно-просвітницька організація «Пласт». Втілюючи основні ідеї всесвітньої організації «Асоціації скаутів», «Пласт» віддзеркалює національні особливості й історичні традиції українського народу та розробив свою унікальну систему фізичного виховання дітей та підлітків.

Аналіз актуальних досліджень. На сьогодні проблемі фізичного виховання дітей та підлітків в дитячих громадських організацій України приділяється велика увага. В цьому напрямку видано багато статей, методичних посібників, монографій, захищаються дисертації. Зокрема, над цим працюють С. Диба, В. Пілат, Є. Приступа, В. Кузик, Ю. Жданович, Н. Волкова, Р. Охрімчук та інші дослідники.

Виклад основного матеріалу. Як свідчать науково-педагогічні джерела, організацію українського «Пласту» було започатковано у Львові. 12 квітня 1912 року вважається офіційним днем народження «Пласту».

Українську організацію «Пласт» було засновано за зразком об'єднання генерала Роберта Бейдена Павела «The Boy Scout Association» для британських юнаків. Але, засновники організації «Пласт» наповнили її діяльність українським змістом, доповнили та пристосували його до потреб та традицій української молоді, враховуючи історію українського народу взагалі та Запорізької Січі зокрема [4].

У наш час процес виховання в дитячій громадській організації «Пласт» переважно здійснюється у напрямках українознавства, природознавства, релігії, мистецтва, вивчення техніки та фізичного виховання.

Стати «пластуном» не так легко. Для цього необхідно пройти декілька етапів випробувань. Перші 6–8 тижнів дитина є «спостерігачем». Протягом першого року – «пташка». Після цього кандидат в пластуни дає обіцянку і стає «орлятком». Далі треба пройти три іспити (виконати доручення) і тільки після успішного їх складання, можна стати справжнім пластуном. Такий шлях, зрозуміло, може подолати не кожен.

«Пласт» – це мистецтво розвідників, що вміло долають водні перешкоди, ходять строем, несуть варту, піднімаються по тривогах, беруть участь у військовим іграх, походах, маршах, займаються різними видами спорту, оволодівають пластовими знаннями й уміннями, виховують у себе фізичні якості, а також дисциплінованість, характер, тощо [2; 3].

Зауважимо, що «пластуни» – не військові, а мирні розвідники, «розвідники добрих справ», «маленькі друзі всього світу». Справжні «пластуни» можуть жити без сторонньої допомоги у степу, чи в лісових хащах. Вони повинні вміти розпізнавати сліди людей і тварин, берегти своє здоров'я, обходитись без лікарів і аптек, завжди бути веселими.

Щоб виконати обов'язки розвідника, юнак або дівчина повинні бути сильними, здоровими, а цього можна досягти, доклавши чимало зусиль: рухатися на повітрі, гратися, бігати, стрибати, їздити на велосипеді, плавати, загартовуватися, виконувати вранці й увечері гімнастичні та дихальні вправи, приймати оздоровчий душ, не вживати алкоголю і не палити [1; 5].

Для вдосконалення необхідних якостей розвідника широко використовуються різноманітні ігри на увагу, розвиток спостережливості, спритності, швидкості, витривалості, сили тощо.

Фізичний стан юного розвідника – це комплексний розвиток у дітей фізичних якостей та виховання звички вести здоровий спосіб життя. З огляду на це, «пластунів» інформують про умови збереження здоров'я, про дотримання особистої гігієни, про запобігання хворобам, про раціональне харчування, про вимоги до одягу.

Кожен «пластун» повинен скласти «пробу на пластову відзнаку фізичної вправності» (ПВФВ). ПВФВ налічує п'ять груп вправ та вісім тестів для визначення рівня розвитку фізичних якостей, а саме:

- 1) «про рух» (ранкова гімнастика) – комплекс із 14 вправ (кожна вправа виконується по 5–15 разів);
- 2) біг, плавання (виконується поодиночі);
- 3) спортивна гра (за вибором);
- 4) стрибки на правій та лівій нозі (результат визначається за сумою стрибків, поділеною на два);
- 5) метання спортивного снаряду правою та лівою рукою (результат визначається за сумою спроб обох рук).

Висновки і перспективи подальших досліджень. Аналізуючи систему фізичного виховання дітей в громадській організації «Пласт», можна зробити наступні висновки:

1. У першій половині ХХ століття в Українській організації «Пласт» існувала ефективна система фізичного виховання дітей, яка знайшла своє відображення в сучасних дитячих громадських організаціях.

2. Фізичне виховання в дитячій громадській організації «Пласт» здійснюється за такими стадіями підготовки дітей: «спостерігач», «пташка», «орлятко» та «пластун». З цього видно, що «пластун» – це дитина з комплексним розвитком фізичних якостей, звичкою вести здоровий спосіб життя у сполученні з національним, моральним і духовним вихованням, які базуються на цінностях українського народу, його традиціях, культурі та патріотизмі.

Подальше дослідження потребує вивчення змістовної діяльності всіх сучасних дитячих громадських організацій «Пласт», які існують не тільки в Україні, а і за її межами (Польща, Канада, Австралія та ін.), з метою узагальнення їх роботи з дітьми для удосконалення виховання підростаючого покоління.

Список використаних джерел

1. Волкова Н. П. Педагогіка. Посібник / Н. П. Волкова. – К. : «Академія», 2001. – 238 с.
2. Діба С. Г. Основні тенденції розвитку скаутського руху в сучасному світі / С. Г. Діба // Педагогіка і психологія. – 2005. – № 2. – С. 138–148.

3. Жданович Ю. Методи виховання в Пласті / Ю. Жданович // Рідна школа. – 2002. – №4. – С. 21–24.
4. Кузик В. Європейські традиції скаутського руху: педагогічні аспекти / В. Кузик // Вісник Львівського університету: серія педагогічна – 2005. – №1. – С. 138–146.
5. Охрімчук Р. Дитячі громадські об'єднання – стратегічно значущий ресурс держави / Р. Охрімчук // Освіта України. – 2006. – №54–55. – С. 4. – [Організації ПЛАСТ, КРОКС, СПОК, "Сокіл"].
6. Пілат В. С. Традиції української національної фізичної культури / В. С. Пілат, Є. П. Приступа / (Частина 1). – Львів, Троян, 1991. – 189 с.

В.В. Спіцин, канд. пед. наук, доц. (*ХДУХТ, Харків*)

І.О. Кудряшов, доц. (*ХДУХТ, Харків*)

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДІ У ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ТОВАРИСТВАХ ХАРКОВА (ДРУГА ПОЛОВИНА ХІХ ст. – ПОЧАТОК ХХ ст.)

Постановка проблеми. Сучасні умови життя висувають високі вимоги до рівня фізичного розвитку, працездатності та захисним силам організму людини. Фізичне виховання ефективно стимулює у підростаючого покоління позитивні функціональні й морфологічні зміни в організмі та активно впливає на розвиток рухових здібностей [5].

Система фізичного виховання дітей та молоді в Україні базується на принципах індивідуального і особистісного підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого застосування різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення. Стратегічною метою фізичного виховання підростаючого покоління є формування у них фізичного, морального і психічного здоров'я, усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересів та звичок до самостійних занять фізичною культурою, спортом, ведення здорового способу життя.

Сучасна система фізичного виховання перебуває у постійному вдосконаленні, в залежності від тих умов, які диктує час, тому, що саме стан фізичної культури в країні визначає рівень здоров'я нації. Фізичне виховання дітей та молоді в Україні реалізується через фізкультурну освіту, фізичну підготовку, спортивне тренування, самостійні заняття фізичною культурою та спортом, участь у масових фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах [1, с. 18].