

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-337-8-12>

**PHYSICAL ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS
IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT
OF THE EDUCATIONAL INSTITUTION**

**РУХОВА АКТИВНІСТЬ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ
В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ 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 та спорту, доцент,
доцент кафедри теорії і методики
фізичного виховання
Національний університет
фізичного виховання і спорту
України
м. Київ, Україна*

Dovhal V. I.

*Doctor of Physical Education,
Senior Lecturer at the Department
of Theory and Methodology
of Physical Education
Kremenets Regional Humanitarian
and Pedagogical Academy named
after T. Shevchenko
Kremenets, Ternopil region, Ukraine*

Голуб В. А.

*кандидат наук з фізичного
виховання та спорту, доцент,
завідувач кафедри теорії
та методики фізичного виховання
Кременецька обласна гуманітарно-
педагогічна академія
імені Тараса Шевченка
м. Кременець, Тернопільська
область, 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, Ternopil region, Ukraine*

Довгаль В. І.

*кандидат наук з фізичного
виховання та спорту,
старший викладач кафедри теорії
та методики фізичного виховання
Кременецька обласна гуманітарно-
педагогічна академія
імені Тараса Шевченка
м. Кременець, Тернопільська
область, Україна*

Інтервенції з підвищення рухової активності молоді в освітньому середовищі визнаються як один із економічно ефективних підходів до збереження здоров'я і формування якості життя підростаючого покоління [2, 4].

У проміжному звіті про рекомендації щодо рухової активності: стратегії підвищення рухової активності серед молоді Сполучених Штатах Америки, саме школи були визначені як середовище, яке має найбільше доказової практики для сприяння та забезпечення рухової активності учнівської молоді [3].

Сьогодні сучасна українська освіта, орієнтуючись на світові вектори розвитку, визнає необхідним створення безпечного здорового освітнього середовища для забезпечення прав дітей на освіту та надання їм якісних освітніх послуг.

З метою забезпечення для здобувачів освіти безпечного для життя і здоров'я освітнього середовища, збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління Президентом України схвалено Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі.

В траєкторії Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі визначено, що формування безпечного та здорового освітнього середовища сприятиме кращій реалізації інтелектуального, фізичного, соціального та емоційного розвитку учнів, їх потенціалу, а також матиме позитивний вплив на стан громадського здоров'я, економіки та демографічної ситуації в Україні [1].

З світового досвіду в Сполучених Штатах Америки досить активно впроваджуються політики соціально-емоційного клімату (Social and Emotional Climate), що включає в себе аспекти освітнього досвіду учнів, що впливають на їх соціальний та емоційний розвиток. Позитивний соціально-емоційний клімат допомагає створити безпечне та сприятливе середовище навчання для учнів: участь у шкільних заходах; академічна успішність відносно з іншими учасниками освітнього процесу, персоналом закладів освіти, сім'єю та суспільством.

Центром з контролю та профілактики захворювань Сполучених Штатів Америки представлені реальні політика та практики шкільної рухової активності, які робить внесок у загальний соціально-емоційний клімат, а також сприяють розвитку соціального та емоційного навчання учнів. Комплексна шкільна програма фізичної активності може розширити можливості для рухової активності до, під час та після школи. Інвенти програм рухової активності до і після школи та інтеграція її у класний час може збільшити можливості для соціальної взаємодії та отримання задоволення від навчання разом з однолітками.

Всесвітньою організацією охорони здоров'я серед ключових загальношкільних практичних інтервенцій визначено: якісне фізичне виховання; активне пересування до школи і з неї; заохочення рухової активності у освітньому середовищі закладу освіти; активні програми позашкільної активності; заохочення рухової активності під час перерв; використання рухової активності під час інших академічних занять в класі; інклюзивні підходи до впровадження рухової активності [4, 5].

Системність сприяє виявленню структури освітнього середовища як динамічної системи, допомагає дослідити взаємодію його компонентів, що забезпечують його ефективне функціонування. Проведені нами наукові розвідки з вивчення рухової активності середнього шкільного віку в освітньому середовищі, дозволяють визначити наступні компоненти: активність на уроках/люблю виходити до дошки; відповіді на уроках стоячи; виконання вправ (фізкультурних хвилинок) на уроках разом з класом; активність під час перерв (ігри з друзями, ходьба, біг); активність під час великих перерви (вихід на шкільне подвір'я); відвідування уроків фізкультури, робота на уроках фізкультури у повну силу, участь в шкільних спортивних секціях/гуртках.

Звертає увагу зниження рухової активності за деякими визначеними складниками в порівнянні з 5-го до 9-го класу, як з урахуванням гендерних особливостей так і територіальної локації закладів загальної середньої освіти.

За даними Гозак С. В (2010) визначено кореляційний зв'язок зниження рухової активності на уроках з 5-го по 9-й клас ($r=-0,41$), частка учнів, що приймають участь у фізкультурних хвилинках – у 3,7 разів, активно виходять до дошки в 3,5 рази, відповідають стоячи – удвічі.

Загалом у розвинених країнах ситуація з зниженням руховою активністю є актуальним предметом дослідження в пошуку ефективних шляхів вирішення таких поведінкових змін у молоді. Дані моніторингу Департаменту охорони здоров'я та соціальних служб США кількість учнів середнього і старшого шкільного віку, які повідомили про нижчі показники щоденного відвідування уроків фізичної культури з 42 до 25% у період з 1991 до 1995 року з сталою тенденцією до 2015 року [3].

Характеристика компонентів в режимі рухової активності дітей середнього шкільного віку різних територіальних локацій в урочний та позаурочний час дозволяє констатувати той факт, що вони

є структурно відміні в її наповненні, що визначає і вагу внеску. На наш погляд не залежно від регіону проживання важливими показниками є виконання ранкової гімнастики, відвідування уроків фізичної культури (активність на них), заняття в спортивних секціях/гуртках, так і активність на уроках і ходьба пішки.

Таким чином для реалізації стратегічних цілей визначальним є створення: сучасного, розвивального, безпечного, комфортного освітнього середовища, яке сприяє збереженню та зміцненню здоров'я, підвищенню рухової активності дітей; та можливостей для учасників освітнього процесу користуватися сучасною матеріально-технічною базою для забезпечення здоров'язбережувального компонента навчання, рухової активності, безпечних умов.

Визначені складові сприятимуть формуванню індивідуальних характеристик поведінки та звичок учнів, грамотності у фізичній культурі і спорті, що забезпечуватиме необхідний рівень життєдіяльності (відповідно до потреб, інтересів тощо), достатній рівень фізичної активності та здорове довголіття.

Література:

1. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у Новій українській школі. від 25 травня 2020 № 195. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/195/2020#Text>
2. Трачук С., Семененко В., Долженко Л., Мамедова І., Довгаль В. 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
3. Secular changes in physical education attendance among u.s. high school students yras 1991–2013. 2013. URL: https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/Secular_Trends_PE_508.pdf
4. Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272722>
5. Promoting physical activity through schools: a toolkit. Geneva : World Health Organization, 2021. URL: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/350836>