

УДК 373. 5 016 : 796

Ливацький О.В.

ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ В УМОВАХ ДОПРОФІЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

У статті основну увагу приділено визначенню ефективності виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки як актуального напрямку фізичного виховання учнівської молоді, пошуку сучасних методичних підходів для прищеплення інтересу до занять фізичною культурою та впровадження новітніх технологій у систему шкільного фізичного виховання. Концепція такого підходу базується на профільному навчанні за спортивним напрямком учнів сучасної школи. Найвищою метою такого виховання виступає всебічний розвиток особистості школярів в умовах допрофільної підготовки.

Ключові слова: допрофільна підготовка, курси за вибором, фізичні якості.

Постановка проблеми. В останні роки все частіше йдеться про фізичний стан організму не тільки як про абстрагований соціальний феномен, але і як про властивість особистості. В системі фізичного виховання акцентуються механізми й ефекти впливу на її розумовий розвиток та розширення пізнавальної інформативності, вдосконалення почуттів і соціальної поведінки, моральності й духовності. Виховання людини на всіх етапах еволюційного процесу проходило в нерозривній єдності з активною руховою діяльністю, яка є індикатором фізичного, психічного, соціального здоров'я та впливає на фізичний розвиток школярів, підвищує функціональні можливості серцево-судинної, дихальної, нервової систем організму. На підставі рухової діяльності проходить включення школярів у процес соціалізації, формується особистість, її свідомість, фізична культура, здоров'я, відбуваються психічні процеси, через які виховуються й удосконалюються фізичні якості підлітків.

Особливої уваги в цьому процесі вимагає виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки, яке сприяє формуванню здоров'я, підвищенню рівня фізичного розвитку та фізичної підготовки, а також професійній орієнтації учнів основної школи.

Така тенденція вимагає спрямування виховного процесу загальноосвітніх навчальних закладів на підвищення в учнів основної школи інтересу до занять фізичною культурою, до певних сфер фізкультурно-спортивної діяльності, розширення знань, рухових умінь та навичок у конкретному виді спорту, підвищення обсягу рухової активності як складової частини здорового способу життя. Провідна роль у цьому належить розробці курсів за вибором для учнів 8 – 9-х класів спортивного спрямування як необхідна умова нормального функціонування та розвитку організму, що позитивно відображається на поглибленому вивченні будь-яких циклів професійно орієнтованих предметів.

Рухова діяльність здійснюється за рахунок діяльності фізичних якостей, що забезпечує фізичний розвиток школярів, підвищує функціональні можливості діяльності систем організму. За допомогою соціалізації в ній, як відомо, відтворюються людські взаємини, формується особистості рухової діяльності, проходить включення школярів у процес фізичної культури, культури здоров'я та відбуваються психічні процеси, через які виховуються й удосконалюються фізичні якості підлітків.

Найбільш цілеспрямовано фізичні якості розвиваються в процесі фізичного виховання в школі. Сучасна теорія й практика виховання та розвитку молодого покоління змінює мотиваційні основи виховання фізичних якостей на ту соціально-економічну ситуацію, яка визначає сутнісні характеристики нашого суспільства і до якої залучатиметься молода людина. А це, по-перше, прагнення бути здоровим, де першочергову роль відіграють фізичні вправи та підготовка до подальшої трудової діяльності.

Аналіз наукової літератури свідчить про різні підходи розв'язання проблеми виховання фізичних якостей школярів: теоретико-методичні засади виховання фізичних якостей висвітлювали Т. Круцевич, Б. Шиян, Ж. Холодов, В. Кузнецов, В. Платонов; розвитку різних фізичних якостей у школярів присвячено праці І. Козетова, Г. Петренко, С. Присяжнюк, О. Тимошенко; підвищення мотивації до занять фізичною культурою досліджували Б. Ведмеденко, Л. Іванченко, В. Лисяк.

Досліджуючи проблему допрофільного навчання в школі, науковці наголошують на важливості розробки педагогічної стратегії допрофесійної фізичної підготовки, пошуку шляхів професійно-прикладної фізичної підготовки, чому присвячено праці М. Артикова, В. Беліновича, Г. Бікташева, В. Кабачкова, П. Сиріса та ін. Однак проблемі виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки до теперішнього часу не приділялося належної уваги.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні ефективності виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Соціальна обумовленість виховання фізичних якостей сучасних школярів спрямована на задоволення потреб суспільства в фізично підготовлених громадянах України, які мають високий рівень розвитку фізичних якостей та функціональних можливостей для забезпечення високої ефективності трудової діяльності. Особливої уваги у цьому процесі вимагає виховання фізичних якостей в умовах допрофільного навчання. У зв'язку з цим стає важливо визначити сутність виховання фізичних якостей саме в учнів основної школи як актуального напрямку фізичного виховання учнівської молоді.

Виховання фізичних якостей здійснюється в процесі занять фізичним вправами за спеціально розробленими методиками є цілісним процесом, який об'єднує окремі взаємозв'язані сторони вдосконалення фізичних, функціональних і психологічних можливостей людини.

Отже, виховання фізичних якостей школярів в умовах допрофільної підготовки – соціально керований процес. За допомогою відповідним чином організованих заходів з використанням фізичних вправ, режиму праці та відпочинку, раціонального харчування тощо можна в широкому діапазоні змінювати показники здоров'я, фізичного розвитку й фізичної підготовленості.

Ми вважаємо, що ефективно вирішувати завдання розвитку фізичних якостей учнів основної школи допоможуть фізичні вправи, українські народні ігри та забави за умови їх методично правильного добору. Безумовно, потрібні дії з удосконалення й оптимізації засобів і методів впливу на учнів з боку педагогів; оскільки в них відсутні особистісні стимули й мотиви, які б спонукали їх до занять фізичною культурою.

Особливістю ефективного виховання фізичних якостей є мотивація та інтерес учнів основної школи до свого фізичного розвитку та фізичної підготовки. Саме мотивація – основа особистісного вибору школярами елективного курсу в умовах допрофільної підготовки для цілеспрямованого фізичного розвитку та фізичної підготовки[2].

Формувати мотивацію – означає не тільки пропонувати готові мотиви та цілі, а створити їм такі умови й ситуації розгортання активності, де б бажані мотиви й цілі склалися та розвернулися з урахуванням досвіду, індивідуальності, внутрішніх бажань самого учня на окремі види роботи, пов'язаної з внутрішнім ставленням до неї.

Перед сучасним учителем фізичної культури постає завдання викликати зацікавленість учнів до занять, бажання розвивати необхідні для цього фізичні та психічні якості й отримувати задоволення від них. Інтереси учнів до занять фізичною культурою зумовлені власними бажаннями. Деякі прагнуть зміцнити здоров'я, сформувати тіло, інші – розвинути фізичні та психічні якості (волю тощо). Дівчата частіше бажають сформувати гарну фігуру, розвинути гнучкість, удосконалити свою поставу, ходу тощо. Хлопці переважно бажають розвинути силу, витривалість, швидкість, спритність. Старшокласники на перше місце ставлять мотиви, пов'язані з їхніми життєвими планами, прагнуть підготувати себе до конкретної майбутньої професійної діяльності.

На жаль, учнів, зацікавлених заняттями з фізичної культури, яка має в майбутньому забезпечувати працездатність, дуже мало. Так, значна кількість старшокласників (понад 70%) фізичною культурою займаються без бажання, хоча обов'язковість таких занять обсягом дві години на тиждень установа державною програмою. Учні нерегулярно відвідують заняття з фізичної культури, а це негативно впливає на розвиток їхніх фізичних якостей.

З цього приводу Б. Ведмеденко [1, с. 112 – 113] наголошує на необхідності прогнозування процесу виховання інтересу до занять фізичною культурою на підставі пізнавальної фізкультурно-оздоровчої діяльності учня, спрямованої на формування прогнозів щодо рефлексії вчинкової поведінки на основі аналізу тенденцій задоволення позитивного інтересу до занять фізичною культурою, прояву емоційної зарядженості. У нашому випадку – це саме стимулювання інтересу до засвоєння програми елективних курсів на підставі розвитку природи рефлексивності організму дитини, вихованості інтересу до занять фізичною культурою, у процесі яких проходить і виховання фізичних якостей [3, с. 31-32].

Отже, розвиток фізичних якостей підлітків, з одного боку, показує рівень їхньої фізичної підготовки, а з іншого – застосування специфічних засобів з гімнастики, спортивних ігор, легкої атлетики, туризму та ін. надає можливості розвивати саме ті фізичні якості, за допомогою яких можна отримати високий показник у зазначених вище видах рухової діяльності. Також розвиток фізичних якостей має соціальне значення для виконання конкретного виду професійної та трудової діяльності в аспекті професійно-прикладної фізичної підготовки, що зумовлює успішність професійної діяльності [4].

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. На понятійному рівні фізичні якості – це розвинуті в процесі виховання й цілеспрямованої підготовки рухові задатки людини, які визначають її можливості успішно виконувати певну рухову діяльність.

Найбільш оптимально виховання фізичних якостей школярів відбувається в процесі фізичного виховання в комплексі з розвитком особистості школяра на рівні формування цінностей, потреб,

інтересів, мотивів бути здоровим, працездатним, красивим, що цілком відповідає основній меті всебічного та гармонійного розвитку особистості.

Завдання фізичного виховання зумовлені об'єктивною необхідністю сучасного розвитку суспільства в забезпеченні оптимальної рухової активності людини і, як наслідок, досягнення певних фізичних якостей, необхідних для виконання важливих соціальних та професійних функцій з урахуванням комплексного, системного, особистісно орієнтованого та гендерного підходів.

До особливостей виховання фізичних якостей учнів основної школи в умовах допрофільної підготовки можна віднести:

– урахування вікових особливостей фізичного та психічного розвитку дітей підліткового віку за гендерними відмінностями;

– формування мотивації та інтересу учнів основної школи до свого фізичного розвитку та фізичної підготовки за рахунок вибору і хлопцями, і дівчатами курсу за вибором в умовах допрофільної підготовки;

– поєднання процесу виховання фізичних якостей з процесом навчання знань, рухових умінь та навичок, що зумовлюють не тільки ефективне засвоєння техніки фізичних вправ, а й рівень професійно-прикладної фізичної підготовки стосовно вимогам програми з фізичної культури.

Використані джерела

1. Ведмеденко Б. Ф. Теорія і методика виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою : у 2 ч. : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07 / Ведмеденко Борис Федотович. – К., 2005. – Ч. 1. – 514 с.
2. Демерков С. В. Домашні завдання з фізичної культури / С. В. Демерков, О. В. Отравенко, В. І. Коробко // Освіта Донбасу. – 2001. – № 3. – С. 76 – 79.
3. Збірник курсів за вибором у процесі профільного навчання за спортивним напрямком / уклад. : Ротерс Т. Т., Ливацький О. В., Драгнєв Ю. В. – Луганськ : СПД Резніков В. С., 2008. – 336 с.
4. Отравенко О. В. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота в умовах сучасної школи за програмою "Спорт для всіх" / О. В. Отравенко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Вип. 9 : у 4 т. – Л., 2005. – Т. 1. – С. 275 – 277.

Lyvatskyi O.

PUPILS' PHYSICAL QUALITIES TRAINING OF THE BASIC SCHOOL IN THE CONDITIONS OF PRE-PROFILE PREPARATION AS A PEDAGOGICAL PROBLEM.

The article focuses on the determination of the effectiveness of pupils' physical qualities training of the basic school in the conditions of pre-profile preparation as the current direction of students' physical education, finding modern methodological approaches to instill interest in physical training and introduction of innovative technologies into the system of school physical education. The concept of this approach is based on the profile training on sports direction of modern school students. The main purpose of such education advocates all-round development of the individual students in a pre-profile training. It is notified that education at all stages of human evolutionary process took place in the indissoluble unity of the active motor activity, which is an indicator of physical, mental, and social health affects on physical development of pupils, enhances the functionality of the cardiovascular, respiratory and nervous systems. Special attention in this process requires education of physical qualities of secondary school pupils in the conditions of pre profile training, which promotes health, increasing the level of physical development and physical training and vocational guidance of secondary school pupils. The analysis of scientific literature suggests different approaches of problem solving students' physical qualities training: theoretical and methodological foundations of education physical qualities were considered by T. Krutsevych, B. Shiyan, J. Kholodov, V. Kuznetsov, V. Platonov; I. Kozetova, G. Petrenko, P. Prysazhnyuk, O. Tymoshenko dedicated works to the development of various physical qualities of schoolchildren; the increasing of motivation for physical training studied B. Vedmedenko, L. Ivanchenko, V. Lysyak. Exploring the issue of pre profile training at school, researchers stress on the importance of developing educational strategies of pre-professional physical training, on finding ways of professionally applied physical preparation. However, the problem of physical qualities training of secondary school pupils in the conditions of pre profile training so far been neglected. It is proved that the development of physical qualities of teenagers on the one hand shows their level of fitness, and on the other hand the usage of specific tools in gymnastics, sports, athletics, tourism and others. It provides opportunities to develop precisely those physical qualities that can help them to get the highest rate in the above types of motor activity. Development of physical qualities also has social value for a particular type of professional work and in terms of professional-applied physical training, which leads to the success of professional activity

Key words: pre-profile training, elective courses, physical qualities.

Стаття надійшла до редакції 14.09.2015 р.