

## МОДЕЛЮВАННЯ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СЕРЕД УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

*Мета – визначити нові підходи до викладання предмету фізичної культури через організацію процесу фізичного виховання серед учнівської молоді. Матеріал: проаналізовано 20 літературних джерел з проблеми формування фізичного виховання та розвитку здорової особистості. Результати. Завдяки правильному вибору методик організації фізичного виховання в урочний та позаурочний час можна суттєво підвищити рухову активність, покращити фізичний та фізіологічний стан учня. Сприяти залученню учнів до спеціально організованої рухової активності. Моделювання навчального-виховного процесу - це один з етапів управління процесом формування особистості учня та створення стійкого розуміння ціннісного відношення до власного здоров'я. Висновки: Розглянуті принципи заохочення до позаурочної діяльності учнів. З метою забезпечення викладання фізичного виховання у навчальних закладах серед учнівської молоді на належному рівні можуть бути застосовані різноманітні форми залучення учнів, а також пропонуються різні форми та методики навчання.*

**Ключові слова:** педагогічне моделювання, стимуляція успіху, оцінювання навчальних досягнень, методика, заохочення.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Базуючись на фундаментальних підвалинах науковців минулого століття вчених з теорії та методики фізичного виховання В.М. Заціорського, Л.П. Матвєєва необхідно вишукувати, апробувати та запроваджувати нові підходи до організації фізичного виховання серед учнівської молоді в урочний та позаурочний час.

Організація фізичного виховання серед учнівської молоді на сучасному етапі край потребує нових підходів викладання предмету фізичної культури. Моделювання навчального-виховного процесу - це один з етапів управління процесом формування особистості учня та створення стійкого розуміння ціннісного відношення до власного здоров'я та поширення ідей здорового способу життя серед однолітків учнівського колективу.

**Аналіз досліджень, в яких започатковано вивчення означеної проблеми.** Досвід розвинених країн підтверджує, що розвиток фізичного виховання, фізичної культури і спорту є найбільш економічно вигідним та ефективним засобом профілактики захворюваності, зміцнення генофонду та розв'язання інших соціальних проблем.

Педагогічне моделювання тісно пов'язане з реаліями життя, та саме: зв'язок з життям; різносторонність виховної роботи; доцільність вибраних форм організації; конкретні завдання, а головне зацікавленість всіх учасників процесу надасть позитивний, очікуваний результат.

На сьогоднішній день розроблені і практично випробувані авторські комплекси і програми фізичних вправ оздоровчої спрямованості для масового використання. Основні їх переваги - доступність, простота реалізації і ефективність. Насамперед це: помірковані бігові навантаження (система Купера); режим 1000 рухів (система Амосова); 10000 кроків кожний день (система Міхао Інаї); біг заради життя (система Лід'ярда); абетка оздоровчого бігу (система Мільнера). Дослідження показують про те що розроблені авторські комплекси необхідно адаптувати до навчальних програм загальноосвітньої школи.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Засвоєння навичок і вміння отриманих знань, вимагає проведення спеціальних тренувальних вправ. Тренувальні заняття мають на меті: збереження і зміцнення здоров'я; гармонійний фізичний розвиток (в тому числі поліпшення статури); виховання фізичних якостей і формування системи рухових навичок; збагачення спеціальними знаннями і навичками. У процесі спортивного тренування здійснюється не лише навчання, але й формування особистості учня, його почуття, навички та звички, моральні переконання і світогляд) [5].

Руховий навик – це індивідуально вироблена стереотипна композиція довільних рухів, виконувана без участі свідомості. Руховий навик є стереотипним елементом багатопланової структури рухової активності [4].

До методів удосконалення і закріплення рухових дій та вдосконалення функціональних можливостей організму належать ігровий і змагальний методи.

Підвищене емоційне виконання навчальних завдань ігровим методом сприяє адаптації учнів до тренувальних впливів, вирішує комплексне використання рухових навичок, прояву фізичних, вольових і моральних якостей для досягнення успіху [3].

Змагальний метод спрямований на досягнення перемоги, або якомога вищого прояву фізичного потенціалу учня. Змагальний метод дає можливість повністю розкрити функціональні та психічні можливості учнів і вивести їх на новий рівень підготовленості.

Для самореалізації особистості першочергову роль мають стимулювання та заохочення. Особливо вони важливі в дитячому та юнацькому віці як психолого-педагогічний засіб стимулювання пізнавальної, навчальної діяльності учнів, незамінний фактор інтенсифікації учіння. Вчасне й адекватне заохочення активізує особистість, зміцнює її віру у власні сили, дає їй нові імпульси для діяльності [12].

Стимулюючи та заохочуючи всіх учасників навчально-виховного процесу, педагоги повинні прагнути залучити учнів до активної діяльності на уроці та в позакласній роботі на основі повного використання потенціалу успіху, ресурсів довіри.

За результатами діяльності школярів кожен заклад може обирати і такі стимули, як: "Кращий випускник", "Кращий спортивний клас року", "Кращий спортсмен року" (за день, тиждень, місяць, тощо).

Вибором методик організації фізичного виховання в урочний та позаурочний час можна суттєво підвищити рухову активність, покращити фізичний та фізіологічний стан учня.

1. Секційна. Створення широкої мережі як спеціалізованих спортивних, так і загальнооздоровчих секцій, гуртків, клубів, які працюють за фіксованим розкладом у вільний від основних навчальних занять час (наприклад, у другу зміну для учнів, які мають навчальні заняття в першій половині дня).

Секції загальної фізичної підготовки створюється в кожній школі. Її основне завдання: поліпшити загальну фізичну підготовленість і фізичний розвиток школярів, головним чином шляхом використання вправ з навчальної програми з фізичної культури.

Секції можуть бути створені як на базі школи, так і на базі спортивного товариства (у порядку шефства). Однак у будь-якому випадку вони повинні працювати за навчальним планом і розкладом, затвердженим директором школи. Планується робота секції загальної фізичної підготовки на основі принципів і по типу планування навчальної роботи на уроках фізичної культури. Облік пройденого і відвідуваності занять ведеться в журналі секції.

Для вирішення цього питання (без претензії на вичерпність) пропонуються: заняття в групах загальної фізичної підготовки; спортивні змагання, фізкультурні свята (залучення учнів до систематичних занять фізичними вправами вдома і в колективі фізкультури, які підвищують фізичну підготовленість учнів та згуртовують дитячий колектив); заняття у спортивних секціях (створюються для учнів, які бажають займатися певним видом спорту і основними завданнями секцій є – залучення школярів до систематичних занять спортом; сприяння їх спортивного вдосконалення в обраному виді спорту; підготовка їх до участі у позашкільних змаганнях); заняття в гуртках (для учнів початкових класів, з метою залучення їх до систематичних занять фізичною культурою, структура і зміст яких наближені до уроків фізичної культури).

Ефективність позакласної роботи забезпечується при дотриманні наступних умов: тісний зв'язок з навчально-виховною роботою та доступність занять і різноманітність форм, що забезпечують включення у фізкультурно-спортивну діяльність широкого контингенту учнів [1].

Важливу роль у розв'язанні проблеми зміцнення фізичного здоров'я дітей відіграють дитячо-юнацькі спортивні школи.

ДЮСШ – це позашкільний навчальний заклад спортивного профілю, який має забезпечувати розвиток здібностей вихованців в обраному виді спорту, що в установленому порядку визнаний в Україні, створювати необхідні умови для гармонійного виховання, фізичного розвитку, повноцінного оздоровлення, змістовного відпочинку і дозвілля дітей та молоді, самореалізації, набуття навичок здорового способу життя, підготовки спортивного резерву для збірних команд області та держави.

2. Оздоровча орієнтована. Розроблення низки комплексних програм з фізичного виховання, які прямо орієнтовані на особливості фізичного розвитку, відхилення за станом здоров'я, наявними вадами здоров'я.

Альтернативними варіантами відвідування таких програм можуть бути суто рекреаційні заняття з залученням медичного працівника. Ефективно використовувати після лікувального періоду, який відведено для приведення функціонального та фізичного стану відновлення організму.

Поняття рекреація слід трактувати як активний відпочинок або відпочинок за рахунок зміни видів діяльності, наприклад, зміна розумової діяльності фізичною або навпаки.

В сучасній школі рекреаційними формами фізичного виховання є урок фізичної культури, фізкультхвилинка, фізкультпаузи, рухливі перерви, ігри на свіжому повітрі, прогулянки, екскурсії, фізкультурно-спортивні свята, заняття в спортивних секціях та шкільних спортивних клубах, туристські походи, виїзди у оздоровчі табори тощо. Всі ці форми фізичного виховання спрямовані на активний відпочинок дітей, зміну їх розумової діяльності на фізичну активність, вони відіграють значну роль у збереженні здоров'я школярів і підвищенні їх емоційного стану, роблячи шкільне навчання різноманітним та цікавим.

Розроблені та випробувані авторські комплекси і програми фізичних вправ оздоровчої спрямованості для масового використання такі як оздоровча аеробіка, її різновиди: степ, слайд, джаз, аква або гідроаеробіку, танцювальну аеробіку (фанк-аеробіку, сіль-джем, хіп-хоп), велоаеробіку, аеробіку з навантаженням (невеликою штангою), акваджогінг, шейпінг, фітнес, стретчинг, тощо [9].

Вибір методики занять фізичними вправами з оздоровчою спрямованістю є співвідношення з реальними обставинами, можливостями, вимогами, деколи є справою індивідуального стилю і інтересу.

3. Традиційна. Фізичне виховання в якості обов'язкової дисципліни уроку фізичної культури з розкладом занять не менш 3 години на тиждень з виставленням заліків. А також надання можливості учням відвідувати заняття з групою, чи займатись індивідуально в спортивних секціях та оздоровчих гуртках, клубах, програмах тощо на їх вибір.

Навчальні заклади можуть застосовувати різного роду стимули для активної участі учнів. Зокрема:

1. Рейтинг. Рейтинговий підхід до оцінювання навчальних досягнень учнів дозволить активізувати кожного не лише під час виконання контрольних навчальних нормативів, а й у процесі інших видів та форм діяльності, пов'язаних з виконанням вправ, індивідуальним самовдосконаленням.

За успішну реалізацію кожної форми та виду активності учневі можна нараховувати певну кількість очок.

Поняття "рейтинг" це: показник оцінки діяльності, популярності, авторитету якоїсь особи, організації чи групи, що визначається соціологічним опитуванням, голосуванням та ін. і визначається місцем, яке вони посідають серед собі подібних (серед школярів) [2].

2. Стимул, як дійова форма формування позитивного ставлення учнів до занять фізичною культурою: підвищення їхньої рухової активності, заради сприяння самостійної роботи учнів на уроках фізичного виховання; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час; участі школярів у змаганнях всіх рівнів; творчої роботи дітей у школі сприяння здоров'ю.

Оцінювання навчальних досягнень учнів може здійснюватися, базуючись не тільки на основі особистих досягнень школярів протягом навчального року за програмою, а і надаватися учням можливість отримати високу оцінку не зважаючи на їхній стан здоров'я, фігуру чи фізичну готовність. Задля цього можна розробити систему нараховування "Бонусних балів".

Наприклад: при оцінюванні навчальних досягнень можна використовувати систему нараховування "бонусних" балів, які впливатимуть на тематичну оцінку та включатимуть в себе: особисті досягнення школярів протягом навчального року; активну роботу учнів на уроках фізичної культури; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час; участь у змаганнях всіх рівнів, тощо.

Бонусна система оцінювання надає можливість: корегувати дії учнів за допомогою балів; визначати пріоритетні напрямки діяльності кожного; заохочувати до занять фізичною культурою сучасну молодь; заохочувати бажання самовдосконалюватись всіх присутніх на уроках фізичного виховання; використовувати індивідуальний та диференційований підхід у навчанні; оголошувати дисциплінарне стягнення з учнів за порушення дисципліни та правил безпеки життєдіяльності у вигляді скасування частки заохочуваних балів [8].

Отже, інтерес до занять фізичною культурою належить до мотиваційної сфери особистості [6].

3. Змагання. Змагання ґрунтуються на природній основі схильності дітей та учнів до здорового суперництва і самоутвердження в колективі, це конкуренція, боротьба за існування, воно є своєрідною пружиною розвитку.

Одним із варіантів активізації змагальної діяльності є проведення в школах різноманітних багатоступеневих змагань, національних ігор, таких, як "Козацькі розваги", "Козацький гарт", "Старти надій", різноманітних шкільних олімпіад, тощо.

Проведення спортивно – масових заходів та змагань, у будь-яку пору року не потребує ні спортивних залів, ні спеціально обладнаних майданчиків і це досить ефективний та діючий засіб активізації пізнавальної активності до занять фізичною культурою. Завдяки участі учнів у різноманітних змаганнях можна нараховувати додаткові бали під час оцінювання [10].

Такі види заохочення допоможуть втягнути дітей в навчальну роботу, активізувати їх до участі у змаганнях та заходах [7].

4. Сертифікати, посвідчення. (фізорг, суддя, активіст фізичного виховання). Ключові поняття у рейтинговій системі оцінювання активної діяльності учнів на уроках фізичної культури це "рейтинг", "лідер", "досконалий".

Поняття терміну "лідер", бути лідером – займати (зайняти) ведуче місце серед інших, подібних. Поняття "досконалий" трактується, як наповнений позитивних якостей; довершений.

В цьому контексті фізорг, суддя, активіст фізичного виховання, як раз можуть бути лідерами, активістами фізичного виховання і відповідно до цього мати сертифікати та посвідчення, які в свою чергу можуть впливати на оцінку з предмету в цілому.

5. Медійна підтримка (нормаційно-психологічна підтримка) (кращий спортсмен року).

Відзначення на лінійках, загальних зборах школи, в періодичній та міській пресі, друкованій газеті школи, радіогазеті, стінках позаурочних та позашкільних досягнень учнів має велике значення щодо заохочення учнів до занять фізичною культурою та спортом.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** З метою забезпечення викладання фізичного виховання у навчальних закладах освіти серед учнівської молоді на належному рівні можуть бути застосовані різноманітні форми залучення учнів до спеціально організованої рухової активності, пропонуються різні форми та помірковане їх поєднання.

Розробити та дослідити форму та систему нарахування "бонусних" балів при оцінюванні учнів, які впливатимуть на тематичну оцінку та включатимуть в себе участь у всіх формах роботи.

#### Використані джерела

1. Бех І.Д. Виховання особистості / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. – Т.2. – С. 215-225.
2. Білова В.М. Бонусна система оцінювання навчальних досягнень учнів освітніх навчальних закладів // Вчит. фіз. вих. ЗСШ. – Дніпродзержинск. – №19.
3. Васьков Ю.В., Пашков І.М. Уроки фізкультури в загальноосвітній школі. 10 – 11 класи. – Х.: Торсінг, 2004. – 256 с.
4. Віндюк А.В. Основи технології самостійних занять фізичними вправами учнів молодших класів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / А. В. Віндюк; Львів. держ. ін-т фіз. культури. – Л., 2002. – 18 с.
5. Глухов В.И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни / В.И. Глухов. – К.: Здоров'я, 1989. – 70 с.
6. Горшкова Н.Б. Мотивація школярів до занять фізичною культурою і спортом / Н.Б. Горшкова // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2005. – №6-7. – С. 130-133.
7. Козленко О. Формування мотивів фізичного вдосконалення в молодших школярів // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 4. – С. 29-32.
8. Красікова Н.Б. "Бонусна" система оцінювання навчальних досягнень з фізичної культури / Н.Б. Красікова. – Донецьк, 2014.
9. Лимаренко Н.П. Особливості проведення уроків фізичної культури з учнями підготовчої та спеціальної медичних груп // Заступник директора школи. – 2015. – №2.
10. Носко М. О. Теоретичні та методичні основи формування рухової функції у молоді під час занять фізичною культурою та спортом : дис. д-ра пед. наук : 13.00.09 / М. О. Носко. – К., 2003. – 430 с.
11. Постанова КМУ від 27 серпня 2010 р. № 778 "Про затвердження Положення про загальноосвітній навчальний заклад" (із змінами, внесеними згідно з Постановою КМУ № 28 (28-2014-п) від 22.01.2014.
12. Сінчаєвський С.М. Фізичне виховання школярів (теоретична підготовка) // Фізичне виховання в школі, 2002. – №2. – С. 25-28.

*Pavlenko T., Pavlenko E.*

#### MODELLING OF EDUCATIONAL PROCESS ON PHYSICAL TRAINING OF PUPILS IN MODERN CONDITIONS

*Purpose: to define a new concept of a teaching physical education through an organization of physical education's process among students, which focuses on creating an educational environment that encourages physical activity physical person and organization in accordance with the age and psychophysical specificity of the body.*

*Material: 20 sources concerning a problem of physical education and healthy personality growth formation are analyzed. Copyright studied systems and programs improving orientation exercise for mass use. Results: by virtue of the right choice of methods of organization the physical education process during classes and at spare time, it is possible to improve motor activity, physical and physiological cond, to favour to bring students in specially organized motor activity. Stimulating and encouraging all participants in the educational process, teachers must strive to attract students to the activity based on the full use of the potential success resources trust. Bonus evaluation system allows students to adjust the action using points; identify priorities and encourage everyone to physical training. A simulation of a educational process is one of the stages in formation students' personality and creating fixed understanding of one's health.*

*Conclusions: the principles of encouragement unsociable time's activity are considered. In order to assure physical education teaching at a decent level, different types of students' Implication can be used, and also various methods and forms are offered. Organization of physical education among students at this stage edge requires new approaches to teaching the subject of physical training. Improving physical fitness of the student output it to a safe level main task of the teaching staff.*

*Keywords: Pedagogical modeling, success stimulation, educational achievements evaluation, method, promotion.*

*Стаття надійшла до редакції 12.10.2016 р.*