

УДК 378: 796.011.3

СУТНІСНИЙ ЗМІСТ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Анастасія МЕЛЬНИК (Кіровоград, Україна)

Постановка проблеми. Специфічною основою змісту фізичної культури як особливої і самостійної галузі культури є раціональна рухова активність як фактор підготовки до життєдіяльності через оптимізацію фізичного стану. Вона виникла і розвинулась одночасно із загальною культурою людства. Майже одночасно (ще в первісному суспільстві) виникло й одне з її основних компонентів – фізичне виховання; пізніше виникають спорт і фізична рекреація [8:22].

Фізичну культуру особистості Т.Д. Дем'янюк визначає як сукупність властивостей людини, які набуваються у процесі фізичного виховання і виражаються в її активній діяльності, спрямованій на всебічне удосконалення своєї фізичної природи та ведення здорового способу життя [1].

«Фізичною культурою» називають навчальну дисципліну в школі, профілактичні і лікувальні заняття в лікарнях та інших аналогічних закладах. Вона широко використовується у виробничій сфері та ін. У цих випадках, щоб уникнути плутанини, необхідно користуватись терміном, додаючи відповідні прикметники, «особиста фізична культура», «шкільна фізична культура», «лікувальна фізична культура», «виробнича фізична культура» тощо.

У змісті фізичної культури і пов'язаних з нею явищах умовно можна виділити дві основні частини (сторони):

- *функціонально-забезпечуючу*, представлену всім тим цінним, що створюється і використовується суспільством як спеціальні засоби, методи й умови їх застосування, що дозволяють оптимізувати фізичний розвиток та забезпечити певний рівень фізичної підготовленості людей;
- *результативну*, представлену позитивними результатами у фізичному розвитку і підготовленості, що стали наслідком використання цих засобів, методів і умов.

Названі сторони фізичної культури єдині. Перша частина ніби переходить у другу завдяки практичній діяльності у процесі фізичного виховання, фізкультурно-оздоровчій діяльності та масовому фізкультурно-спортивному русі. Проте між частинами фізичної культури на певних етапах її розвитку можуть виникати несуттєві і навіть суттєві невідповідності. Їхньою причиною є неузгодженість окремих елементів змісту. Наприклад, при високому рівні матеріального забезпечення і низькому рівні кваліфікації фахівців неможливо досягти належного рівня фізичної підготовленості.

Фізична культура є результатом багатогранної творчої діяльності суспільства. Вона успадковує культурні цінності, створені суспільством на попередніх етапах, і розвиває їх залежно від політичних, економічних, матеріальних можливостей певної історичної епохи [7:24-25].

Основні сфери та напрямки впровадження фізичної культури передбачені Главою II Закону України «Про фізичну культуру і спорт». Показниками стану розвитку фізичної культури є: рівень здоров'я, фізичного розвитку та підготовленості різних верств населення; ступінь використання фізичної культури в різних сферах діяльності; рівень розвитку системи фізичного виховання; рівень розвитку самодіяльного масового спорту; рівень забезпеченості кваліфікованими фахівцями; рівень впровадження у фізичну культуру досягнень науково-технічного прогресу; відображення явищ фізичної культури у творах мистецтва і літератури; матеріальна база; рівень спортивних досягнень.

Шкільний вік – це період швидкого росту і фізичного розвитку, і загальноосвітній навчальний заклад повинен прикласти максимум зусиль, щоб забезпечити достатній фізичний розвиток учнів, втому числі і стан функціональних систем організму. Основною формою організації школярів є урок, але значне місце у їх фізичному вихованні належить фізкультурним заходам в режимі учбового дня школи, а саме позакласній роботі.

Термін «позакласна робота», частіше за все, – це виховна робота, яка проводиться класними керівниками та вчителями-предметниками з учнями своєї школи після уроків. Під «позашкільною роботою» розуміють виховну роботу, яка здійснюється спеціалізованими позашкільними установами. В сучасній літературі терміни «позаурочна робота» і «позаурочна діяльність» розглядаються як найбільш широкі та синонімічні види виховної роботи з учнями, які проводяться за межами уроку або навчального процесу.

Аналіз останніх досліджень. Аналіз різних підходів до змісту позакласної діяльності з фізичної культури дозволяє уточнити дане поняття в контексті проведеного дослідження (Г.П. Богданов, А.Г. Глущенко, О.І. Грекова, Ю.Я. Железняк, Б.С. Кобзар, М.Б. Коваль, Л.П. Матвеев). Під цією діяльністю ми розуміємо необов'язкові добровільні заняття учнів після уроків з фізичної культури, не припускаючи засвоєння обов'язкового мінімуму теоретичного матеріалу та виконання практичних

робіт, передбачених робочим планом учителя. Позакласна діяльність із фізичної культури є складовою частиною виховної роботи в загальноосвітньому закладі та володіє широким спектром можливостей впливу на особистість школярів. Вона сприяє різнобічному розкриттю індивідуальних здібностей учнів, які не завжди вдається розглянути на уроці; збагаченню їхнього життєвого досвіду і придбання досвіду колективної взаємодії; розвитку творчого та інтелектуального потенціалу особистості в різних педагогічних ситуаціях, пов'язаних з модернізацією освіти; формуванню культури досліджуваного предмета.

У сучасних умовах позакласна діяльність із фізичної культури розсовує обрій звичних уявлень про способи та форми організації навчального процесу, а тому може і повинна бути використана для вирішення навчальних (поглиблення знань учнів в області програмного матеріалу; самостійне рішення проблемних ситуацій; ознайомлення з історією фізичної культури і спорту), розвиваючих (логічне мислення учнів, просторова уява, пам'ять, кмітливість, культура мови і т.д.) і виховних завдань освіти (виховання наполегливості, завзятості в досягненні мети, ініціативи, волі і т.д.) [4].

Вивчення змісту цієї діяльності дозволяє охарактеризувати її як мобільну, динамічну, не обмежену жорсткими віковими рамками, не пов'язану з вимогами робочої програми, лімітом навчального часу, шкільним розкладом [3: 24].

У даний час позакласна робота досліджується багатьма вченими в різноманітних аспектах. Такі педагоги як М.Б. Балк, В.Г. Борисов, С.М. Букреева, Н.П. Булатов, Е.А. Дишинський, Є.І. Ігнат'єв, Б.А. Кордемський дотримуються думки, що позакласна діяльність спрямована на розширення змісту вивчаючих предметів. Велику увагу у позакласний час вчені приділяють виховному аспекту діяльності учнів (Ю.К. Бабанський, О.В. Биковська, К.Н. Вентцель, Д.І. Водзинський, Б.З. Вульф, В.Г. Гетта, М.М. Дубінка, Т.А. Ільїна, М.Б. Коваль, Я.І. Ковальчук, О.В. Лаврент'єва, А.В. Луначарський, І.В. Мартинюк, І.С. Мар'єнко, М.М. Поташич, Ю.Д. Руденко, О.А. Стасенко та ін. Різноманітні форми позакласної діяльності представлені в роботах О.В. Майорової, П.І. Підкасистого, І.Ф. Харламова, (експедиції, гуртки, клуби, конкурси, виставки і т.д.); М.Б. Балка, Е.А. Дишинського, Є.І. Ігнат'єва (позакласна робота з математики); В.Г. Борисова (позаурочна робота з російської мови); Г.П. Богданова, М.Я. Віленського, Л.М. Кравцової, Г.І. Погадаєва, М.Г. Фрідман.

На думку М.І. Дьяченко та Л.А. Кандиловича, позакласна діяльність являє собою послідовність наступних дій педагога: постановку мети на основі потреб і мотивів; розробку плану, моделей, схем майбутніх дій та прийомів діяльності; порівняння результатів з урахуванням поставленої мети; внесення корективів [2].

Аналіз літературних джерел свідчить про те, що відношення молоді до систематичних занять фізичною культурою має лише поверхнево – формальний характер. Залучення школярів до різних форм організації фізичної культури потребує докорінних змін.

На думку професора О.І. Вишневського, потрібна перебудова організації фізичного виховання школярів. По-перше, слід кардинально змінити власні погляди на фізкультуру, на фізичний стан, красу людського тіла, не сприймати їх як щось другорядне. Учитель власним прикладом повинен демонструвати важливість фізкультури, здорового способу життя. По-друге, необхідно розвантажити навчальні плани і програми, значно скоротивши інформативне навчання з таким розрахунком, щоб загальна кількість навчальних предметів становила 7-10 у початкових класах, як це характерно для європейських шкіл. Робочий тиждень у такому разі не повинен перевищувати 24-30 год., включаючи виконання домашніх завдань. Таким чином можна збільшити питому вагу фізичної культури. По-третє, слід відмовитися від традиційних форм і режиму діяльності на уроці, коли діти увесь час сидять майже нерухомо, а вчитель «навіює» їм знання. Тут немає інтенсивної праці дитини, проте є дуже шкідливе для здоров'я сидіння за партою без руху. По-четверте, потрібен повний перегляд концепцій і методики фізкультурної роботи в школі. Вона повинна стати формою активного відпочинку і має працювати на здоров'я, виховання і задоволення фізіологічних потреб дитини. Важко не погодитись з цими думками [6:297]. У зв'язку дана проблема є актуальною.

Мета даної роботи полягає у обґрунтуванні необхідності оптимізації позакласної роботи учителів фізичної культури у початковій школі.

Для вирішення поставленої мети нами були визначені наступні **завдання**:

- з'ясувати зміст та особливості позакласної роботи з фізичної культури у початковій школі;
- визначити дієві форми організації учнів молодших класів з фізичної культури у позакласній роботі.

Виклад основного матеріалу. Як зазначає Г.І. Зюкова, фундаментом формування гармонійно розвинутої особистості є початкова школа, яка зберігаючи наступність із дошкільним періодом дитинства, зумовлює подальше становлення дитини, розвиток інтелектуальних, соціальних і фізичних якостей. Робота з фізичного виховання у початковій школі відрізняється значною кількістю форм, які потребують від учнів прояву самодіяльності, ініціативи, організованості, а це в свою чергу сприяє вихованню в учнів організаційних навиків, активності, винахідливості. Діти молодшого шкільного

віку відрізняються особливою рухливістю і постійною потребою до руху, але потрібно пам'ятати, що організм молодшого школяра не готовий до перенесення тривалих навантажень. Сили дітей швидко вичерпуються і швидко відновлюються. У психіці дітей відбуваються значні зміни. Збільшення сили й рухливості нервових процесів тягне за собою підвищення стійкості уваги та інтересів дитини. Розвиток оперативного мислення дозволяє вирішувати більш складні завдання. [5:3-12].

На основі опрацювання науково-педагогічної літератури та вивчення досвіду роботи вчителів фізичної культури молодших класів нами встановлено, що вірно спланований режим дня учнів забезпечує відновлення затраченої енергії, правильне чергування різноманітних видів діяльності і відпочинку, рівномірність харчування протягом дня, перебування на свіжому повітрі. Досліджено, що переключення з одного виду діяльності на інший дає змогу виключити одні центри нервової діяльності і включити інші. Добре розроблений режим дня привчає учнів молодших класів чергувати свою діяльність: фізичну і розумову працю, перебування на свіжому повітрі (4-5 годин щодня) і відпочинок. Саме активний відпочинок і передбачає позакласна робота з фізичного виховання. Різні заходи з фізичного виховання в режимі дня загальноосвітнього навчального закладу і спрямовуються на поліпшення здоров'я дітей початкової школи та їх фізичний розвиток.

Для оптимізації позакласної роботи учителів фізичної культури нами було визначено ряд вимог, що впливають на її ефективність:

1. Чітке управління організацією і проведенням позакласних занять з фізичної культури і спорту фахівцями, що відповідають лише за даний вид роботи.
2. Тісний зв'язок з навчальною роботою як в плані змісту так і в організаційно-методичному плані.
3. Доступність занять для широкого кола школярів, різноманітність їх форм.
4. Органічне включення позакласної роботи з фізичного виховання в систему всієї позакласної роботи школи.
5. Максимальне використання і впорядкування ініціативи школярів, що стосується їх фізичного вдосконалення.
6. Використання допомоги батьківської громадськості і спонсорів в плані матеріально-технічного оснащення спортивної бази школи, організації позакласних занять, керівництва секціями, командами тощо.

Під час проходження педагогічної практики студентами 4 курсу факультету фізичного виховання Кіровоградського державного педагогічного університету ім. В.Винниченка, майбутніми учителями фізичної культури було здійснено анкетування учителів фізичної культури, які викладають у початковій школі. Так, 62% респондентів визнали позакласну роботу дієвим засобом фізичного виховання школярів, але зазначили, що її організація потребує кардинальних змін. 28% опитаних звернули вагу на відсутність фінансових і фізичних можливостей її впровадження.

У процесі наукового дослідження виявлено, що в загальноосвітніх закладах позакласні форми занять з учнями молодших класів поділяються на масові, групові та індивідуальні. До масових і групових форм відносяться: гімнастика до занять, фізкультурні паузи, фізкультурні хвилинки, рухові перерви, рухливі ігри і забави, спортивно-мистецькі заходи, змагання, конкурси, туристичні походи, прогулянки екскурсії.

До індивідуальних форм занять відносяться: ранкова гігієнічна гімнастика, шкільні домашні завдання, домашні завдання в тренуванні, активний відпочинок, заняття в групах загальної фізичної підготовки.

Так, у 55% експериментальних шкіл чільне місце у початковій школі серед учителів фізичної культури займають: гімнастика перед уроками, фізкультурні хвилинки і паузи, спортивні свята і масові змагання, а 35% віддають перевагу гурткам та секціям, групам загальної фізичної підготовки. І тільки 10% респондентів вважають, що всі форми позакласної роботи можливі у початковій школі.

Саме гімнастика перед уроками спрямована на організацію учнів на початку навчального дня, запобігання викривленню постави, підвищення працездатності упродовж дня, загартування організму. Фізкультурні хвилинки і паузи для зняття втоми. Рухові перерви - це активний відпочинок між уроками, з метою зняття напруги і переключення уваги на інший вид діяльності. Завданням гуртків та секцій є створення умов для прищеплення учням звички до систематичних занять, сприяння запровадженню фізичної культури в побут. Вони об'єднують учнів молодших класів (1-4 класи). Основне завдання – залучити дітей цього віку до систематичних занять фізичною культурою, сприяти покращенню їх фізичної підготовленості. Спортивні секції створюються для учнів, які бажають займатися якимось видом спорту і які за станом здоров'я відносяться до основної медичної групи. Групи загальної фізичної підготовки створюються для учнів, які бажають систематично займатися фізичною культурою, підвищити свою фізичну підготовленість, а також для учнів, що віднесені за станом здоров'я до підготовчої медичної групи.

Широкі можливості для підвищення емоційного тону та активності учнів молодших класів відкривають масові змагання. Змагальні форми занять – не стільки спосіб досягнення спортивної перемоги або значного спортивно-технічного результату, скільки форма емоційного наповнення спілкування, здорового відпочинку і розваги.

Спортивні свята передбачають чітку організацію, дотримання певних ритуалів. Усе це забезпечує комплексне розв'язання завдань виховання школярів: фізичного, морального, естетичного.

Висновки. Сьогодні перед вчителем фізичної культури в школі стоїть проблема – зробити фізичне виховання процесом безперервної дії. Зробити фізичне виховання безперервним (перманентним) процесом – це означає: залучити всіх дітей до різноманітних форм занять, включити в цей процес все доросле оточення дитини (від батька до вчителя) та об'єднати зусилля всіх державних і громадських організацій, що займаються питаннями виховання, охорони здоров'я і захисту дітей.

Звідси випливає специфіка роботи вчителя фізичної культури у початковій школі. З одного боку, він виступає як «вчитель-предметник», проводячи уроки, а з іншого, - як організатор процесу фізичного виховання школярів у позаурочний час, спрямовуючи зусилля всіх учасників цього процесу на досягнення єдиної мети. Результати досліджень свідчать про те, що учні початкової школи здатні виконати завдання лише в тому випадку, коли їм зрозумілий сенс завдання.

Дослідження показали, що позакласна робота майбутнього вчителя фізичної культури з учнями початкової школи має бути спрямована на вирішення таких взаємопов'язаних завдань: адаптацію до навчання; зміцнення здоров'я, загартування, підвищення працездатності школярів; фізичний розвиток та озброєння життєво важливими руховими вміннями і навичками; формування звичок здорового способу життя, позитивного ставлення до фізичної культури та потреби в систематичних заняттях фізичними вправами; сприяння засвоєнню знань основ гігієни; розвиток емоційної сфери, моральних і вольових якостей, а також естетичне виховання.

Проведений аналіз структурних характеристик позакласної роботи вчителя фізичної культури дозволив визначити найбільш раціональні шляхи та педагогічні умови її удосконалення і визначив зміст подальших наукових досліджень даної проблеми.

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Дем'янюк Т. Д. Нові технології позашкільного виховання / Т. Д. Дем'янюк, І. О. Первушевська. – К., 2000 – 352 с.
2. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Минск : Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.
3. Краевский В. В. Предметное и общепредметное в образовательных стандартах / В. В. Краевский, А. В. Хуторской // Педагогика. – 2003. – № 3. – С. 3–10.
4. Програма розвитку позашкільних навчальних закладів на 2002–2008 роки. – К, 2002.
5. Фізкультурно-оздоровча робота в початковій школі / Упорядник Г. І. Зюкова – Х.: Вид-во «Ранок», 2009. – 224 с
6. Фіцула М. М. Педагогіка : навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти / М. М. Фіцула. – К. : Академія, 2002. – 528 с
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2002. – 248 с.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Мельник Анастасія Олександрівна – викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання, аспірант кафедри педагогіки та освітнього менеджменту Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.