

А. О. Петров, О. П. Петров

*Кам'янець-Подільський національний університет
імені Івана Огієнка*

ЗАЛУЧЕННЯ ШКОЛЯРІВ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБАМИ ФУТБОЛУ

Автори зробили спробу проаналізувати шляхи формування у школярів потреби у здоровому способі життя засобами футболу.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, фізична культура, фізичне виховання, футбол, знання, уміння, самовиховання.

Актуальність. Розв'язання проблеми збереження і розвитку людського потенціалу нашої країни вимагає від загальноосвітньої школи вдосконалення системи фізичного виховання, спрямованого на утвердження здоров'я як основної життєвої цінності особистості. У зв'язку з цим у Законі України "Про фізичну культуру і спорт", Цільовій комплексній програмі "Фізичне виховання – здоров'я нації" наголошено, що одними з головних завдань загальноосвітніх навчальних закладів є зміцнення здоров'я учнівської молоді, підвищення фізичної підготовленості як суттєвої умови підвищення якості її життя.

Аналіз практики роботи шкіл України показує, що вирішення цього завдання залежить в основному від організації і самореалізації учнями здорового способу життя, важливим компонентом якого є систематичні заняття фізичними вправами. Але залучення школярів до таких занять стає можливим лише за умов сформованості в них позитивного ставлення до занять фізичною культурою. У процесі його виховання в учнів виникають позитивні емоції, з'являється інтерес до фізичної культури, формується готовність до фізичного вдосконалення, розвивається рухова активність і звичка до занять фізичними вправами.

У наш стрімкий вік фізкультура та спорт набувають значення вирішальних чинників усього комплексу умов, що визначають оптимальну життєдіяльність людини [4]. Залучення дітей до здорового способу життя є одвічною проблемою в історії людства.

Проблеми виховання в школярів потреби, інтересу і звички до занять фізичною культурою досліджувалися М.Г. Андрухом, Б.Ф. Ведмеденком, А.М. Войлоковим, З. Джумаєвим, П.К. Дуркіним, М.І. Жаворонковою, С.І. Жевагою, М.Д. Зубалієм, О.В. Ільїним, М.П. Козленком, О.М. Козленком, А.В. Лихачовим, А.І. Міхєєвим, І.І. Петренком, В.О. Петровим, Р.А. Пидоюном, В.О. Поповим, Б.І. Сарсенбаєвою, В.А. Соколовим, М.С. Солопчуком, Н.М. Хоменко, Б.М. Шияном, П.І. Щербаком та іншими.

Фізичне виховання молоді в Україні є предметом вивчення не тільки педагогіки, медицини та гігієни, а також соціальної педагогіки, яка розглядає фізичне виховання як важливу складову

з огляду насамперед на оздоровлення дітей, які перебувають під опікою соціально-педагогічних інституцій.

Всебічний історико-філософський та психолого-педагогічний аналіз наукової літератури дозволяє зробити висновок, що фізичне виховання справляє значний вплив на формування особистості людини в підлітковому віці. Проте проблема формування у підлітків загальноосвітніх шкіл потреби у здоровому способі життя засобами фізичного виховання досліджена недостатньо.

Ситуація зі станом здоров'я населення в Україні погіршується. Однією з причин цього є низький рівень знань у переважній більшості людей фундаментальних законів раціонального формування, збереження і зміцнення свого власного здоров'я впродовж усього життя, зневажливе й нерідко безвідповідальне ставлення до цієї єдиної онтологічної цінності, якою природа нагороджує людину разом з життям. Єдиним способом розв'язання проблеми є кардинальна зміна поглядів людини на причини і наслідки нездоров'я, здобуття нею знань основ здорового способу життя.

Фізичне виховання – це тривалий, організований педагогічний процес, що має за мету виховання здорових, всебічно розвинутих людей.

Залучення підлітків до здорового способу життя – важлива складова молодіжної та соціальної державної політики. Формування мотивації до здорового способу життя у підлітків є першочерговим завданням, оскільки саме у молоді роки відбувається сприйняття певних норм та зразків поведінки, накопичення відповідних знань та вмій, усвідомлення потреб та мотивів, засвоєння ціннісних орієнтацій, інтересів та уявлень. Одним із найважливіших показників здорового способу життя є обсяг фізичних навантажень [1, 2, 5, 9].

Результати дослідження та їх обговорення. Експериментальна робота щодо виховання у школярів позитивного ставлення до занять фізичною культурою у процесі навчання елементам футболу була побудована з урахуванням результатів вихідних обстежень рівнів розвитку ставлення школярів до занять фізичною культурою. Умовний розподіл учнів на п'ять груп відповідно до цих рівнів дозволив диференційовано підійти до вибору змісту, форм і методів виховної роботи та розробки системи педагогічних впливів на кожен з його компонентів. Тому на початковому етапі виховної роботи, коли у більшості учнів експериментальних класів спостерігалось негативне й індивідуальне ставлення до занять фізичною культурою, в першу чергу створювалися сприятливі умови для подолання невпевненості у виконанні тієї чи іншої справи, використовувались стимулюючі впливи, які викликали збудження позитивних емоційних переживань і мотивів занять фізичною культурою.

Для вирішення цих завдань вчителі застосовували зовнішні стимули (по відношенню до змісту і мети навчання) та мотивування учнів у необхідності занять фізичною культурою. Основними

серед них були такі: створення ситуації успіху, гласність навчальних досягнень учнів, заохочення, переконання словом і прикладом, оцінка результатів навчання. Цьому сприяли також створення загальної позитивної атмосфери на уроках фізичної культури; доброзичлива співпраця вчителя та учня у процесі навчання; допомога вчителя порадами, які підводили учня до самостійного виконання елементів техніки; захоплююча форма подання навчального матеріалу; емоційність мовлення вчителя; застосування цікавих ігор, змагальних ситуацій тощо.

Експериментальна методика передбачала вивчення елементів техніки за такою послідовністю: назва елемента його місце у грі, роз'яснення, вказівка на практичне застосування, показ і багаторазове повторення елемента. При цьому ставилося вчителем конкретне навчальне завдання, висувалися вимоги й здійснювався спільний з учнями пошук оптимального способу його вирішення. Це сприяло засвоєнню, закріпленню та запам'ятовуванню підлітками рухової дії на тривалий час.

Особливий вплив на виховання у підлітків позитивного ставлення до занять фізичною культурою справляло переконання позитивним прикладом. Суть його полягала в тому, що вчитель неодноразово вказував на уроках на значення занять фізичними вправами у підготовці футболістів та інших видатних людей. Виховний вплив цього прийому значно посилювався особистим прикладом вчителя, його поведінкою, дотриманням вимог, які ставились перед школярами.

Застосування на уроках фізичної культури описаних стимулів та мотивувань викликало у школярів позитивні емоції та мотиви занять фізичною культурою. Це виражалося в їхньому переході від негативного та індивідуального до ситуативного ставлення до занять фізичною культурою. На наступному етапі – подолання ситуативного ставлення – основна увага приділялася, поряд з мотивацією, розвитку когнітивного компоненту, який передбачав засвоєння школярами системи знань з фізичної культури. Цей компонент оптимально поєднував роботу з формування в учнів всебічних знань з фізичної культури з розвитком переконань у необхідності займатися нею. Для цього уроки проводились так, щоб в учнів закріплювалося усвідомлене бажання займатися футболом на уроках фізичної культури, в процесі позакласної роботи та самостійних занять за місцем проживання. З цією метою вчитель на уроках дотримувався таких педагогічних умов: кожного разу, розкриваючи учням завдання уроку, звертав увагу на перспективні цілі, пов'язані з необхідністю розвитку основних фізичних якостей та підвищення фізичної підготовленості; пояснював правила і методи виконання фізичних вправ та елементів техніки безпосередньо в процесі навчання, досягаючи свідомого засвоєння школярами основних вимог правильного виконання вправ; створював такі ситуації, які спонукали учнів до набуття і застосування знань у процесі здійснення взаємоконтролю та взаємодопомоги, самостійного вивчення фізичних вправ та виконання індивідуальних завдань,

обов'язків чергового, капітана команди, судді тощо; озброював учнів методичними знаннями про планування і проведення самостійних занять з технічної підготовки за місцем проживання.

Проведення уроку фізичної культури за експериментальною методикою сприяло формуванню у школярів системи знань про виконання фізичних вправ, забезпечувало їхню високу розумову активність. Отримані знання учні застосовували під час виконання домашніх завдань, а їхні досягнення у цій роботі вчитель оцінював на наступному уроці. В процесі вивчення вправи їм ставилося завдання продумати її структуру, послідовність окремих рухів, правила виконання кожної частини вправи. Активна розумова діяльність підлітків під час вивчення вправи була важливою умовою усвідомленості рухових дій, розвитку довільного керування рухами, підготовки учнів до самостійного виконання вправи у режимі дня. За допомогою пояснення і показу вчитель допомагав школярам включити раніше вивчені елементи техніки у нову, складнішу вправу, що формувало у них уміння застосовувати набуті знання у неосвоєних діях.

З метою виховання свідомого ставлення школярів до занять фізичною культурою на кожному уроці, поряд з засвоєнням теоретичних відомостей, забезпечувалося свідоме вивчення ними нових елементів техніки футболу. Учні разом з засвоєнням вимог правильного виконання рухових дій з'ясовували, як впливає на розвиток організму певна вправа. Такі знання дозволяли їм свідомо виконувати вправи, здійснюючи при цьому аналіз і корекцію помилок й оцінювати ефективність своїх дій. Вивчення вправ за експериментальною методикою передбачало отримання учнями знань про: вплив вправ з фізичної та техніко-тактичної підготовки на організм; назви елементів, рухів, вихідних і кінцевих положень та характеристику рухів; правильне виконання елементів; дотримання правильної постави і дихання; прийоми самооцінки вправ, що виконувались; правила самостійних занять.

Проведена мотиваційна робота та озброєння учнів системою знань з футболу забезпечили у них перехід від ситуативного до пасивно-позитивного ставлення до занять фізичною культурою. При подоланні цього типу ставлення великого значення набула робота щодо виховання у школярів інтересу до занять фізичною культурою й потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку практичних умінь самостійно займатися фізичною культурою.

Успіх у навчальній роботі над розвитком в учнів сили, стійкості та усвідомленості інтересу до занять фізичною культурою забезпечувався за умови сформованості в них мотивів занять футболом та відповідної системи знань. Вченими визначено (К.К. Платонов, Г.І. Щукіна та інші), що інтерес має динамічну структуру, яка при формуванні проходить етапи зародження, розвитку та становлення. Процес формування інтересу в людини проходить через шість психічних станів, які змінюють один одного. Ці стани називаються стадіями установки, потягу, бажання, наміру, прагнення, інтересу. Вони тісно пов'язані між собою і в

той же час відносно самостійні, тому що кожна із стадій несе в собі певні суттєві ознаки, які відсутні в інших. Ці особливості й враховувалися при виборі основних засобів розвитку в учнів інтересу до занять фізичною культурою у процесі навчання.

Основним джерелом його виникнення у школярів є їхня природна потреба в рухах, другим – потреба в розвагах, яка найкраще задовольняється під час занять футболом. Третім джерелом є потреба в пізнанні нових відчуттів. Правильне використання цих потреб забезпечувало яскраве емоційне забарвлення процесу навчання. На їх основі розвивається початкова стадія психологічного механізму формування інтересу до занять фізичною культурою – установка.

Наступною стадією розвитку інтересу до занять фізичною культурою є бажання, яке характеризується свідомим уявленням школяра про предмет занять фізичними вправами. За твердженням С.Л. Рубінштейна, виникнення бажання обумовлює досвід, за допомогою якого людина пізнає, який предмет здатний задовольнити її потребу.

Подальша навчальна робота в експериментальних класах була спрямована на забезпечення переходу бажання у стадію наміру. Він характеризується як свідоме рішення, що виконує функцію спонукання і планування поведінки школяра. Намір включає в свою структуру установку, потяг, бажання та постановку мети. У нашому випадку – мети до занять фізичними вправами.

Якщо учень усвідомлював цю мету, знав її практичне значення й приймав рішення діяти, то у нього формувалося прагнення. Структура прагнення, на відміну від попередніх стадій розвитку інтересу до занять фізичною культурою, передбачала, окрім емоційної сторони, володіння певними знаннями та вміннями, необхідними для практичного досягнення поставленої мети. Ці знання і вміння й розвивалися на уроках фізичної культури.

Останньою стадією психологічного механізму формування інтересу є становлення самого інтересу до занять фізичною культурою. Розвивати його на уроках, зробити стійким можна було лише за умови збудження у школяра позитивних емоцій, формування усвідомленості у виконанні фізичних вправ. Велике значення надавалось у цей період також формуванню знань з фізичної культури та умінь самостійно займатися футболом. Однією з головних характеристик особливостей стійкості інтересу є те, що для його задоволення важливим був як сам процес занять футболом, так і їх результат. Глибина та ступінь задоволеності інтересу перебували у прямій залежності від того, наскільки футбол став особисто значущим для учня.

Провідну роль у вихованні в учнів інтересу до занять фізичною культурою у процесі навчання елементам техніки футболу відігравала якість проведення уроків. Великою мірою вона залежала від правильного планування й умілого використання на заняттях методів і прийомів виховної роботи, достатньої кількості й стану спортивного обладнання та інвентарю, оформлення залу і футбольного поля.

На початкових стадіях становлення інтересу в учнів домінувала зацікавленість самим процесом виконання елементів техніки футболу. Тому навчання проводилось так, щоб у свідомості школярів залишався позитивний емоційний слід. Це створювало сприятливі умови для вольової їх підготовки до подолання труднощів під час самостійних занять і полегшувало роботу вчителя на наступних стадіях розвитку інтересу до занять фізичною культурою.

На стадіях розвитку в учнів бажання та наміру займатися фізичною культурою вчитель залучав їх до виконання таких завдань, які вимагали від них прояву самостійності. Це дозволяло їм самим проаналізувати вивчені рухи, перевірити правильність їх застосування. Учні розповідали про вплив саме цих вправ на організм, про способи визначення навантаження тощо.

Успіх у вихованні в учнів на уроках потреби у фізичному вдосконаленні залежав від того, як забезпечувалося педагогічне керівництво їхньою пізнавальною діяльністю, наскільки вони були озброєні прийомами самостійно вивчати і вдосконалювати свої рухові дії.

На основі проведеної мотиваційної роботи та озброєння учнів знаннями з футболу вчитель формував у них уміння самостійно займатися фізичною культурою. Спочатку він проводив на уроках підготовку школярів до цих занять, переконуючи їх у тому, що досягти зрушень у фізичній підготовленості можна лише шляхом систематичних самотренувань. Для цього він навчав їх ставити кінцеву, проміжну і поточну мету; планувати і проводити самостійні заняття; розвивати основні фізичні якості; здійснювати самоконтроль за рівнем фізичної підготовленості.

Виховання у школярів інтересу до занять фізичною культурою й потреби у фізичному вдосконаленні, засвоєння ними практичних умінь самостійно займатися фізичною культурою забезпечили подолання пасивно-позитивного ставлення до занять фізичною культурою. На наступному етапі – розвитку позитивного дійового ставлення – проводилася поглиблена робота з виховання у школярів усвідомленої активності й звички до занять фізичною культурою. Основна увага на цьому етапі зосереджувалася на регулярних самостійних заняттях учнів фізичною культурою та досягненні ними високого рівня фізичної підготовленості.

Для виховання активності у заняттях фізичною культурою вчитель використовував схильність школярів до виявлення самостійності. Він створював на уроках такі ситуації, в яких вони реалізовували цю схильність і завдяки цьому розвивали свою готовність до самостійних занять фізичними вправами. Для цього школярів залучали до оцінювання правильності власних рухів і дій товаришів, самостійно організовувати групи для спільної участі у грі або спортивному змаганні. При цьому кожен учень брав на себе відповідальність і обов'язок виявити максимум зусиль для досягнення спільної мети.

На цьому етапі експериментальною методикою було передбачено виділення часу в кінці основної частини уроку на форму-

вання у підлітків навичок організації та самостійного проведення змагань з футболу у позаурочний час.

У результаті систематичного навчання самостійної роботи на уроках і постійної допомоги вчителя підлітки стали поступово накопичувати методичні знання з фізичної культури. Вони були необхідні для вирішення завдань, які вимагали творчого підходу. Одним з таких завдань було самостійне складання учнями на уроці комплексів вправ з раніше засвоєних рухів. Така організація діяльності підлітків на уроках сприяла тому, що у них підвищувалася не лише рухова, але й пізнавальна творча активність. Вони ставали зацікавленими в отриманні методичних знань та формуванні рухових умінь і навичок.

Проведення виховної роботи, спрямованої на розвиток у школярів кожного з компонентів ставлення до занять фізичною культурою, дало змогу на цьому етапі цілеспрямовано формувати у них звичку до занять фізичною культурою. Дослідження показало, що одним з ефективних і дійових засобів виховання у школярів звички до занять фізичною культурою є продумана система організації домашніх завдань.

Дійовим засобом стимулювання підлітків до виконання домашніх завдань з фізичної культури була перевірка та оцінювання їхніх знань і умінь самостійно займатися фізичними вправами, які задавалися додому. Якість та ефективність виконання цих завдань учитель визначав на кожному уроці на початку підготовчої частини. Така організація підготовки підлітків до виконання домашніх завдань забезпечувала закріплення у них звички до самостійних занять фізичною культурою.

Висновок. Результати дослідження показали високу ефективність експериментальної методики залучення школярів до здорового способу життя засобами футболу. Ця ефективність забезпечувалася: впровадженням у виховну діяльність експериментальних класів особистісно зорієнтованої технології виховання, яке передбачає активну участь у виховній роботі кожного учня з урахуванням його особистісних якостей; здійсненням у вихованні комплексного підходу з урахуванням педагогічних можливостей уроків фізичної культури; системною реалізацією технології виховання у школярів позитивного ставлення до занять фізичною культурою з урахуванням кожного з його компонентів; формуванням у школярів певної системи знань і умінь самостійно займатися фізичною культурою; самовихованням як провідною формою виховної роботи учнів загальноосвітніх шкіл.

Список використаних джерел:

1. Волкова Н.П. Педагогіка / Н.П. Волкова. – К. : Академія, 2001. – С.47.
2. Закопайло С. Компоненти здорового способу життя старшокласників / С. Закопайло // Фіз. виховання в школі. – 2001. – № 4. – С.26.
3. Катаев В.И. Изучение и формирование мотивационной сферы личности в подростковом и старшем школьном возрасте : учебное пособие / В.И.Катаев. – Орехово-Зуево, 1992. – 54 с.

4. Кудрявцева Е.Н. Здоровье человека: понятия и реальность / Е.Н. Кудрявцева // *Общественные науки и здравоохранение.* – М. : Наука, 1987. – С.32.
5. Національна доктрина розвитку освіти // *Освіта.* – 2002. – 24 квітня – 1 травня.
6. Педагогічна майстерність : підручник / І.А. Зязюн, А.В. Крамушенко, І.Ф. Кривонос та ін. ; за ред. І.А. Зязюна. – 2-е вид., допов. і переробл. – К. : Вища шк., 2004. – С. 358-361.
7. Петров О.П. Методика навчання футболу : навчально-методичний посібник / О.П. Петров. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський державний університет, 2006. – 128 с.
8. Полулях Андрій. Залучення школярів до здорового способу життя засобами фізичного виховання в умовах ступеневої освіти / А. Полулях // *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* – 2002. – № 2-3. – С. 92-94.
9. Формування здорового способу життя молоді. Проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко та ін. – К. : Український інститут соціальних досліджень, 2000. – С.15.

Автори зробили спробу проаналізувати шляхи формування у школярів потреби в здоровому способі життя засобами футболу.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура, физическое воспитание, футбол, знание, умение, самовоспитание.

Authors gave it a shoot to analyse forming ways for the schoolchildren of requirement in the healthy way of life of football facilities.

Key words: health, healthy way of life, physical culture, physical education, football, knowledge, ability, self-education.

Отримано: 12.06.2012

УДК 796.071.4

О. П. Петров, А. О. Петров

*Кам'янець-Подільський національний університет
імені Івана Огієнка*

ТВОРЧИСТЬ ЯК ОСНОВА ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ТРЕНЕРА

У статті автори зробили спробу проаналізувати, обґрунтувати та узагальнити результати досліджень провідних фахівців та спеціалістів спорту з проблеми підготовки і вдосконалення тренерських кадрів.

Ключові слова: творчість, тренер, особистість, фізкультурна освіта, педагогічна творчість, професійна діяльність, навчально-тренувальний процес.

Актуальність. В даний час поки що відсутня єдина наука, що сформувалася, про творчість людини. Знання про творчість лежать усередині і на стику, головним чином, таких наук як філософія, психологія, педагогіка, наукознавство, мистецтвознавство