

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: **“СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ
СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ”**

Виконав: студент 2 курсу, групи FK1-M22
спеціальності 014 Середня освіта
(Фізична культура)

Черній Максим Вікторович

Керівник: **Зубаль М.В.,**

кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент

Науковий консультант: **Юрчишин Ю.В.,**

кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент

Рецензент: **Мисів В.М.,**

кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ШКІЛЬНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ.....	7
1.1. Значення занять фізкультурою для розвитку школярів.....	7
1.2. Характеристика змістових елементів суті і мети фізичного виховання учнів.....	15
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	23
2.1. Методи дослідження.....	23
2.2. Організація дослідження.....	24
РОЗДІЛ 3. ТЕНДЕНЦІЇ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ В МЕЖАХ ФУНКЦІОНУЮЧИХ І СПЕЦІАЛЬНО СТВОРЕНИХ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ.....	25
3.1. Дослідно-експериментальна робота по вдосконаленню технології фізичного виховання в рамках уроку.....	25
3.2. Інноваційні введення, як ведуча педагогічна умова поліпшення процесу фізичного виховання учнів.....	41
ВИСНОВКИ.....	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57

ВСТУП

Актуальність теми. В Україні об'єктивно склалися такі соціально-педагогічні й соціально-економічні умови, які являються причиною суттєвого погіршення стану здоров'я молоді, збільшення серед них випадків наркоманії, алкоголізму, негативного відношення до основних принципів здорового способу життя.

В Законі України "Про позашкільну освіту" підкреслюється важливість цілеспрямованого вирішення задач формування в підростаючого покоління здорового способу життя, свідомого й відповідального відношення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, вдосконалення фізичного розвитку, профілактики безпритульності, а також правопорушень серед дітей різного віку.

Велика роль у реалізації цього закону належить школі фізичного виховання, яка має стати дієвим фактором розвитку особистості і водночас засобом формування здорового способу життя, засобом задоволення потреб народного господарства у фізично міцних, здорових працівниках.

Нині ця проблема набуває ще більшої актуальності через зниження в учнівській молоді інтересу до занять фізичної культури. Останніми роками ми стали свідками виникнення нового негативного явища в середовищі підлітків: незайнятість, підкріплена дитячим егоїзмом і схильність підлітків до проявів жорстокості, збільшення кількості правопорушень та злочинності серед неповнолітніх. Грубість, недисциплінованість, прогули, хуліганство та інші негативні явища стали серйозною соціальною загрозою і потребують наполегливої боротьби з ними. Учні професійно-технічних навчальних закладів в анонімній анкеті зазначають, що серед них 57 відсотків курять, 56 відсотків – вживають алкоголь, 85,7 відсотка – пиво.

Відлучення дітей від фізичного виховання сприяло негативному впливу

на них нових розважальних форм, з'явилося прагнення наслідувати іноземну музику, одяг, манери поведінки. Однією із причин зниження інтересу до занять фізичного виховання є погана матеріальна база, бракує басейнів, кортів, обладнаних спортивних майданчиків, відповідного оснащення. У багатьох школах, особливо в сільських, немає кваліфікованих педагогів фізичного виховання, які б добре володіли сучасними технологіями фізичної культури. Уроки фізичної культури у багатьох випадках зводяться лише до простого виконання фізичних вправ за зразком. Сьогодення вимагає вирішення одного із невідкладних завдань – поліпшення фізичного виховання молоді, виявлення педагогічних умов його удосконалення. Важливо відроджувати народні традиції, звичаї, ритуали фізичного виховання, озброїти педагогів сучасними знаннями з психології, анатомії, фізіології, гігієни, педагогіки, дозувати навантаження, враховуючи вікові та індивідуальні особливості. Потрібно створити педагогу відповідні умови для удосконалення системи фізичного виховання.

Становлення і розвиток фізичного виховання вивчав В. А. Старков [48, с. 34], А. С. Корольова [30, с. 89-90], Є. Н. Приступа [45, с. 46-48], М. М. Бака [8, с. 22-23], Вацеба О. М. [17, с. 34-38].

Значний інтерес розвитку школярів VII-VIII класів руховими діями як фактору підвищення ефективності уроків фізкультури виявив В.С. Перевердєв [42, с. 78-79].

Методику навчання фізичних вправ підлітків 11-13 років на основі врахування типологічних особливостей нервової системи аналізував Близнюк Ю.В. [13, с. 24-28]. Цікавим для педагогів-практиків є дослідження Бескопильного А.О. [10, с. 80-85], присвячене організації самостійних занять фізичним вправам учнів 11-13 років із застосуванням системи педагогічного контролю.

Аналіз цих наукових доробок, близьких до теми дипломного дослідження, показав, що вони мають велике значення.

Сучасні завдання розвитку української держави, вимагають поліпшення системи фізичного виховання, його процесу, змісту, методів, форм, виявлення педагогічних умов його вдосконалення. Це й обумовило вибір теми нашого дослідження “Соціально-педагогічні умови вдосконалення системи фізичного виховання підлітків”. Проблема дослідження зумовлена, зокрема, деякими суперечностями, розбіжностями між вимогами до фізичного виховання і традиціями, досвідом, практикою навчально-виховного процесу у школі; недостатністю часу, відведеного на фізкультуру, відсутністю цілеспрямованої взаємодії вчителів і батьків.

Об’єкт дослідження – процес фізичного виховання підлітків.

Предмет дослідження – визначення оптимальних педагогічних умов удосконалення фізичного виховання.

Мета дослідження полягає в тому, щоб обґрунтувати педагогічні умови вдосконалення системи фізичного виховання учнів.

Завдання дослідження:

1. Визначити стан дослідження проблеми в педагогічній теорії та практиці фізичного виховання.

2. Визначити мету шкільного фізичного виховання у сучасних умовах.

3. З’ясувати на основі розробленої нами методики, які саме педагогічні умови сприятимуть поліпшенню фізичного виховання, їх обґрунтування.

На основі цього можна припустити, що удосконалення процесу фізичного виховання можливе за таких педагогічних умов: організації інноваційної діяльності вчителів; виховання в учнів інтересу до фізкультури; озброєння підлітків валеологічними знаннями, формування у них об’єктивних уявлень про значення занять фізкультурою для власного здоров’я, вплив вправ на позитивне функціонування певних органів; забезпечення матеріальної бази для занять фізкультурою.

Нами було використано комплекс **методів дослідження**: теоретичний аналіз психолого-педагогічної, філософської літератури; вивчення

педагогічного досвіду в загальноосвітніх закладах; педагогічне спостереження; анкетування; опитування, інтерв'ю, бесіди, дослідно-педагогічна робота (констатуючий, формуючий, контрольний експерименти); якісний та кількісний аналіз.

Теоретична значимість дослідження полягає у педагогічному обґрунтуванні мети фізичного виховання і розробці педагогічних технологій стимулювання учнів до самостійних занять фізичними вправами.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що отримані результати можна безпосередньо впроваджувати у навчально-виховний процес загальноосвітніх закладів на основі інноваційної діяльності вчителів, введення в нього народних засобів фізичного виховання.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський, 4-5 квітня 2023 року) і висвітлені в 1 науковій публікації.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 62 сторінках, 56 з яких основного тексту, що містить 10 таблиць. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку 55 використаних джерел.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ШКІЛЬНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ

1.1 Значення занять фізичною культурою для розвитку школярів

Становлення України як незалежної держави проходить у складних умовах, викликаних тяжкою екологічною ситуацією в ряді регіонів, економічною кризою в галузі виробництва, які призвели до погіршення фізичного, психічного та матеріального стану переважної більшості громадян нашої країни. Особливу стурбованість викликають захворювання серед підростаючого покоління, які спостерігаються на фоні зниження рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей шкільного віку.

Результати наукових досліджень підтверджують, що висока продуктивність праці, успішність навчання можлива лише в умовах доброго здоров'я, всебічно і гармонійно розвинутих, фізично досконалих людей.

Фізичне виховання дітей є першочерговим завданням, оскільки фізичні вправи найефективніше впливають на організм школяра, сприяючи нормальному росту і розвитку окремих органів і систем.

Основними показниками стану фізичної культури та спорту є: рівень здоров'я та фізичний розвиток різних прошарків населення; міра використання фізичної культури в різних сферах діяльності; рівень розвитку системи фізичного виховання та масового спорту.

Урок фізичної культури створює значні можливості для виховного впливу на школярів, для розвитку в них колективізму, зміцнення дружби і товариства, виховання дисципліни, організованості, розвитку вольових якостей, самостійності, активності [17; 36; 45; 48].

У середніх загальноосвітніх, навчально-виховних закладах уроки

фізичної культури є обов'язковими і проводяться тричі на тиждень. Місцеві органи державної виконавчої влади можуть вводити додаткові уроки фізичної культури, якщо на це виділено кошти з бюджету. Держава всебічно сприяє розвитку самодіяльного масового спорту, основу якого становлять різнобічні фізкультурно-спортивні секції, залучає та стимулює діяльність організацій і громадян, які сприяють його розвитку.

У Законі України від 24.12.1993 р., № 3809 "Про фізичну культуру і спорт" сказано: "Фізична культура – складова частина загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості [43, с.367]. Також : зазначено, що в навчально-виховній сфері (дошкільних виховних закладах, середніх загальноосвітніх, професійних навчально-виховних, вищих навчальних закладах) фізкультурно-оздоровча робота виконується у поєднанні з фізичним вихованням дітей та молоді, з урахуванням стану здоров'я, рівнем фізичного та психологічного розвитку.

Національна програма "Діти України" [39, с.11] підтверджує, що успішність навчання школяра за багатьма чинниками визначається рівнем стану здоров'я. Розпочинаючи навчання у школі, 60% дітей мають проблеми зі станом здоров'я. І лише четверта частина дітей розпочинають навчання здоровими [9, с. 45]. 28,7% молодших школярів – умовно здорові. Від першого класу до випускного кількість дітей з відхиленнями у здоров'ї зростає понад у 5 разів [14, с. 77]. Половина всіх захворювань припадає на молодший шкільний вік, окрім того спостерігається найбільший відсоток функціональних відхилень [22, с. 44]. За результатами окремих дослідників [45, с. 67] у молодших та середніх класах високим є показник захворюваності ГРВІ і простудних захворювань (60-80%).

Відповідно до Закону "Про фізичну культуру і спорт", Цільової комплексної програми "Фізичне виховання – здорова нація", Національної

програми “Діти України” фізичне виховання розглядається як державна політика, спрямована на забезпечення й розвиток фізичного та психологічного здоров'я, комплексного підходу у формуванні розумових і фізичних здібностей особистості.

Загалом здоров'я людини на понад 50% залежить від умов і способу життя. На думку Андрєєва А.А., ефективність діяльності установ охорони здоров'я, що спрямована на повернення здоров'я або ж на запобігання розвиткові окремих захворювань, складає 15% [4, с. 102]. За час навчання в школі список дітей із хронічними захворюваннями зростає у 1,5-2 рази [17, с. 23]. Гіподинамія негативно впливає на розвиток рухових властивостей (витривалості, сили, швидкості, спритності, гнучкості), засвоєння знань, знижує розумову працездатність, опірність організму до несприятливих чинників довкілля. У цьому випадку низьким є рівень функціональної підготовленості дітей, тривалішими – відбудовні процеси [35, с. 200].

Педагогічно правильно організоване фізичне виховання формує здорове підґрунття для розвитку фізичних якостей, формування рухових навичок і умінь під час шкільних занять фізичною культурою і в позаурочний час.

У 1991 р., визнаючи пріоритетність інтересів дітей протягом їхнього розвитку і значення підростаючого покоління для забезпечення добробуту країни, Україна приєдналася до підписання Конвенції прав дітей, схваленої ООН у 1989 р. А також підписала Всесвітню декларацію про забезпечення виживання, захисту і розвитку дітей, прийняту в Нью-Йорку. У 1990 р. сусідні країни приймають Концепцію фізичного виховання і здоров'я дітей і підлітків, у якій акцентовано увагу на вихованні культури здоров'я, звичок здорового способу життя засобами фізичного виховання [28, с. 67-70].

Рухова активність сприяє всебічному навчанню дітей здорової життєдіяльності. Однак рухова активність дітей початкової школи порівняно до дошкільного віку знижується на 50%, 60-65% [9, с. 45-49].

Вчителі шкіл України мають чітко визначену мету, до якої входить

"...всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, розвиток її талантів, розумових та фізичних здібностей..." [14, с.30].

З огляду на це фізична культура є засобом специфічної спрямовуючої дії, що проводить біохімічне, фізіологічне, психологічне стимулювання розвитку потенціалу здоров'я. "Основним завданням фізичної культури і спорту є постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення..." [43, с. 76-77]. Здоров'я людини – поняття багатокomпонентне, педагогічні аспекти здорового способу життя різноманітні, обсяг і ємність завдань вимагає спільної роботи всього педагогічного колективу, особливо шкільного лікаря і учителя фізичної культури [17, с. 34].

Таким чином, фізична культура розглядається як найважливіший, іноді вирішальний чинник у зміцненні здоров'я підрастаючого покоління і подоланні несприятливих умов довкілля.

Заняття фізичною культурою, спортом завжди розглядалися як найважливіша частина всебічного розвитку людини, як частина загальної культури. Фізична культура історично зумовлена і несе в собі соціально-політичну спрямованість суспільства, а також залежить від економічних умов. Фізичне виховання виникло в житті суспільства як історична потреба підготовки людини до умов існування й щонайперше до трудової діяльності.

Малюнки, що збереглися на стінах печер, на курганах, у місцях давніх поселень, стали об'єктом багатьох археологічних досліджень і свідчать про те, що фізичні вправи протягом багатьох століть використовувалися для підготовки молоді до праці, впливали на фізичний розвиток, зміцнюючи здоров'я, удосконалюючи фізичні здібності, трудові і військові навички.

У Древній Греції в період розквіту її культури фізичні вправи вважалися обов'язковими для досягнення можливого гармонійного розвитку духовних і фізичних сил.

Одним з головних моментів у життєвому ідеалі кожного громадянина Греції було здорове, сильне, правильно складене тіло, з бадьорим живим духом. Греки на той час надавали великого значення фізичним вправам для виховання й формування дитячого організму.

Передові для свого часу мислителі всіх епох важливу роль відводили фізичному вихованню, вважаючи його складником гармонійного розвитку духовних і фізичних здібностей людини.

Найвизначніший педагог, просвітитель Ж. Ж. Руссо рекомендує фізичні вправи й ігри застосовувати для досягнення мети розумового виховання, розвитку фізичної сили і волі. "Щоб виховати дитину розумною і розважливою, формуйте її міцною і здоровою: щоб працювала, безперервно рухалася, набувала сили, тоді набуде і розуму" [47, с. 99]. Не відразу фізичні вправи набули у школі належного значення, яке спостерігаємо сьогодні. Фізичні вправи для школярів тепер потрактовані як засіб збереження і зміцнення здоров'я, розвитку фізичної сили і швидкості руху, розумового розвитку.

У часи Київської Русі фізичне виховання набувало військово-прикладного значення. 3-4-річну дитину вперше садили на коня (ритуал "постригу"). Відтоді фізичним вихованням дитини займався батько. З семирічного віку дітей навчали грамоти, стрільби з лука, володіння списом, їзди верхи. Релігійні свята поєднували з рухливими іграми, розвагами, змагальними фізичними вправами. Система фізичного виховання Київської Русі містила в собі такі організаційні форми: фізичне виховання у сім'ї, побуті, церкві, монастирі, князівському війську [48, с. 108-111].

У побуті українського народу використовувалися різноманітні види фізичних вправ, рухливих ігор, що виховували фізично сильних людей.

Протягом боротьби українського народу за звільнення від національного гніту набула окреслених форм система військово-фізичної підготовки українських козаків.

Одним з основних завдань козацької педагогіки XVI-XVIII століть була підготовка фізично загартованих воїнів-захисників рідного краю. Українська система виховання складалася з кількох рівнів: початкового, дошкільного, сімейного. Заняття відбувалися систематично, дітей загартовували фізично і морально, готуючи до захисту батьківщини. З дитинства козаки навчали дітей верхової їзди, за допомогою фізичних вправ розвивали фізичні якості. У західних землях України у XIX столітті у народній школі серед обов'язкових предметів були "тілесні" вправи. Систематичні заняття фізичними вправами і загартовування формували основу виховання дітей запорізьких козаків [10, 21, 28, 48].

Важливим завданням фізичного виховання з погляду представників прогресивної, наукової думки, вчених, педагогів, лікарів, суспільних діячів є зміцнення здоров'я людини як складника повноцінного розумового і морального розвитку особистості ще з раннього дитинства [2, 3, 8, 10, 13].

Лесгафт П. Ф., створивши теорію фізичного виховання і, зокрема, теорію сімейного виховання школяра, підніс на вищій щабель прогресивну педагогіку. Враховуючи вікові, анатомо-фізіологічні й психологічні особливості дітей, він науково обґрунтував принципи всебічного виховання, що містять в собі фізичне, розумове, естетичне і трудове виховання. Усі ці різновиди виховання, з огляду на провідну роль морального чинника, за П. Ф.Лесгафтом, ґрунтовно поєднані. Гориневський В.В. – один з основоположників науки про фізичну освіту – у 1913 р. писав, що завдання справжньої освіти полягають у формуванні особистості у поєднанні розуму, душі і тіла. Якщо ці три ланки людського організму і розділити заради зручності окремо, то метою справжньої освіти є постійний вплив і намагання гармонійно розвивати людину, використовуючи відомі знання про закони природи, яким ми підвладні. Також учений вказував на потребу одночасного розв'язання педагогічних і оздоровчих завдань [24, 33, 50, 53].

З аналізу літературних джерел можемо стверджувати про різнобічний

вплив фізичної культури на розвиток людини.

Методологічною основою побудови педагогічної технології фізичного виховання учнів є відомості про єдність і взаємозв'язок двох чинників: біологічного розвитку учнів і засобів, методів та форм педагогічного впливу, що вступаючи в діалектичний взаємозв'язок і взаємодію, спільно впливають на розвиток рухових якостей. Так, дані аналізу результатів досліджень [16, 24, 32, 33] свідчать про те, що в середньому шкільному віці педагогічний вплив достатньо значний порівняно до біологічного чинника.

На сьогодні, коли зросла роль фізичної культури як важливого складника виховання дітей України, слід активізувати систематичні заняття фізичними вправами в організованих формах. Значення систематичних занять доведено низкою дослідників [18, 32, 51, 55].

Відомий педагог і психолог Блонський П. П., беручи участь у розробках перших шкільних програм, писав у 1924 році, що навчити дитину охороняти себе від хвороб і виробляти в ній основні гігієнічні навички – ось яке перше завдання фізичного виховання [16, с. 203-204].

Заняття фізкультурою підвищують рівень життєздатності і захисних сил, позитивно впливають на організм людини. Високий рівень добової рухової активності (щоденні уроки фізичною культурою) сприятливо впливають на стан здоров'я дітей.

На думку вчених, рухливий спосіб життя (щоденні уроки фізичної культури, максимальне використання «малих форм» фізичного виховання: ранкова гімнастика, фізкультурні хвилинки, ігри протягом шкільної перерви) позитивно впливають на фізичний і розумовий розвиток дітей, встановлення дисципліни в класах. Автори підтверджують, що існує пряма залежність між організованою руховою активністю і успішністю учнів. Ці дані були підтверджені результатами нашого експерименту, тобто організований руховий графік школярів із зазначеним обсягом і послідовністю максимально організує учнів, дисциплінує їх на інших уроках, підвищує їхню успішність.

Так кількість школярів з добрими оцінками зросла на 12% в четвертій і порівнянні з першою [6; 10; 21; 28].

Активний руховий графік зміцнює розумову працездатність протягом навчального року. У дітей з малим обсягом рухової активності працездатність помітно знижується до кінця уроків у школі, тижня, чверті, року, аніж у тих учнів, які систематично займаються фізичною культурою. На уроках, які відбуваються після занять фізичною культурою, працездатність учнів, як правило, зростає. Навіть невеликі за обсягом фізичні навантаження після закінчення уроків у школі є ефективним засобом відновлення рухової працездатності дітей.

Вчені стверджують, що кожен активний рух несе в центральну нервову систему стимулюючі імпульси, які профілактично впливають на організм дитини, поліпшують обмін речовин, харчування клітин, тобто є компонентами духовного, фізичного і психічного здоров'я.

Фізичне виховання впливає на розумовий розвиток школярів, вони добре засвоюють теоретичні знання, розвивають кмітливість, спостережливість, вдумливість, виховується інтерес, свідомі потреби в систематичних заняттях фізичними вправами. Хворобливі, фізично погано розвинуті діти, звісно, відстають від здорових дітей у навчанні, погано запам'ятовують, у них послаблена увага, вони швидко стомлюються.

Згідно з результатами спостережень за навчанням молодших школярів у організмі дитини з перших днів навчання відбуваються зміни рівня і динаміки роботи окремих систем. Ці зміни глибоко індивідуалізовані, залежать від стану здоров'я школяра, організації навчального процесу, відпочинку. У дітей з високим рівнем рухової активності спостерігається також високий рівень розумової працездатності.

Сухомлинський В.О. вважав, що головною причиною відставання у навчанні близько 85% невстигаючих учнів “є поганий стан здоров'я, якість недомагання чи захворювання, що найчастіше зовсім непомітне...” [49].

Зауважимо, що традиції українського народу тісно пов'язані з фізичною культурою як засобами зміцнення здоров'я нації. Отже, рух - це могутній чинник розумового розвитку дітей, їхньої успішності, психічного і духовного здоров'я.

Фізичні вправи, що впливають на зміни біомеханічної структури рухового акту, впливають на захисні сили організму дітей. Шляхом організації самостійної навчальної діяльності школярів можна підвищити ефективність впливу фізичних вправ на організм дітей з метою його удосконалення і зміцнення здоров'я.

Варто звернути увагу на те, що рівень фізичної підготовленості швидко знижується у перші 12-21 день бездіяльності, а протягом наступних 2-3 місяців усі позитивні зміни, зумовлені систематичними заняттями фізичними вправами, зникають [3,4,8,19].

Школярі близько чотирьох місяців протягом року відпочивають на канікулах. Несформованість у дітей навичок самостійних занять фізичними вправами знижує результати підготовленості, досягнуті в школі. Проблема формування мотивації в школярів до систематичних занять фізичною культурою на сьогодні особливо актуальна.

1.2 Характеристика змістових елементів суті і мети фізичного виховання учнів

Пристаюючи до розв'язання завдань дослідження, перш за все, необхідно визначити змістові аспекти фізичного виховання. "Ввіряючи вихованню чисті і вразливі душі дітей, ввіряючи для того, щоб воно привило в них перші, а тому і найглибші риси, ми маємо цілковите право спитати вихователя, якої мети він добиватиметься у своїй діяльності, і вимагати на це питання ясної і категоричної відповіді" [49, с. 56].

Ясне і чітке визначення мети фізичного виховання має велике

теоретичне і практичне значення. Мета обумовлюється завданнями виховання, його змістом, методами, формами. “Щоб ви сказали про архітектора, – писав Ушинський К.Д., – який, закладаючи нову будівлю, не зумів би відповісти вам на запитання, що він хоче будувати ...”[48, с.22]. Аналогічну думку висловив і Макаренко А.С. Він відзначав, що в процесі своєї роботи педагог повинен вміти проектувати особистість виховану, необхідність детально уявляти, якою вона повинна бути і якими якостями володіти [37, с. 67-68]. Мета виховання обумовлена об’єктивними умовами і вимогами життя і визначається потребами суспільства, його економічним, політичним і культурним розвитком.

В педагогічній науці визначається, що загальна мета навчально-виховного процесу є всебічний і гармонійний розвиток особистості. Ушинський К.Д. дуже чітко визначив, що “Якщо педагогіка хоче виховувати людину в усіх відношеннях, то вона повинна перше пізнати її також в усіх відношеннях” [50, с. 34].

Проблема мети фізичного виховання надзвичайно багатопланова, її всебічне дослідження не входить в наше завдання і нас цікавить її основний компонент – змістовий. Це обумовлено двома причинами.

По-перше, визначення мети – необхідний етап логіки нашого дослідження, що забезпечується переходом від проблеми формування особистості в процесі фізичного виховання до проблеми його змісту.

Тому мета – ведучий елемент, який впливає на зміст, методи, форми і є ведучим критерієм для виміру ефективності педагогічних дій.

Необхідність визначення змістових компонентів мети фізичного виховання в сучасних умовах, обумовлена тим, що неможливо аналізувати зміст фізичного виховання і проектувати його удосконалення без актуалізації його мети.

По-друге, це дозволяє коректувати в реалізації змісту фізичного

виховання формування відповідних позитивних якостей.

Видатний фізіолог і психолог Бехтерев В.І. писав про те, що вирішення питання про мету виховання – це безпосередня справа педагогічної науки.

Єдність думок вчених ґрунтується на визначенні загальної мети виховання – всебічного і гармонійного розвитку особистості.

Однак сама вимога всебічного і гармонійного розвитку особистості, ще не характеризує сторони, які необхідно розвивати. Саме тому, щоб з'ясувати успішність процесу фізичного виховання, його вплив на особистість і необхідно звернути увагу на її структуру.

На основі завдань нашого дослідження можна виділити два основних аспекти мети всебічного і гармонійного розвитку особистості: 1) соціальний аспект, що відображає найбільш загальні вимоги до виховання і фізичного, зокрема; 2) мету виховання з точки зору розвитку основних якостей особистості.

На наш погляд, правомірно розглядати мету фізичного виховання як складову частину загальної мети виховання. Значить фізичне виховання – як частина загального з точки зору всебічного розвитку особистості, потребує удосконалення змістових компонентів, диференціації діяльності у зв'язку з різними інтересами, нахилами, здібностями особистості.

Фізичне виховання охоплює більш широку сферу педагогічного впливу на учнів. Воно покликане формувати в учнів інтерес до занять фізичною культурою і спортом, глибокому осмисленню зміцнення здоров'я, а також створювати умови для підвищення їх впливу на розумове, моральне, трудове, естетичне виховання.

Найбільш характерний для реалізації і мети фізичного виховання, по-перше, такий змістовий компонент, як – озброєння учнів системою знань про суть і суспільне значення фізкультури і спорту і їх впливу на всебічний розвиток особистості.

Такі знання розширюють розумовий і моральний світогляд учнів,

підвищують їх загальну культуру. Велике значення мають також знання про психолого-фізіологічні механізми впливу фізкультури і спорту на формування особистості, зміцнення її здоров'я і розвиток фізичних нахилів.

По-друге, формування у шолярів санітарно-гігієнічних навичок організації праці і розумного відпочинку, правил чергування розумових занять із фізичними вправами у різноманітній практичній діяльності. Сюди входять підтримування гігієни тіла і одягу, дотримання правил режиму дня, а також санітарно-гігієнічних вимог в школі.

По-третє, важливим компонентом є розвиток в учнів рухових умінь і навичок, удосконалення зовнішньої культури поведінки (хода, вправність, швидкість).

По-четверте, розвиток в учнівської молоді фізичних нахилів до фізкультури і різних видів спорту.

Всі вищеназвані змістові компоненти обумовлені метою фізичного виховання, конкретизуються в санітарно-гігієнічному режимі школи, у програмах навчальних занять, а також в організації спортивно-масової роботи з учнями в позаурочний час.

Всебічність і гармонійність особистої фізичної культури для більшості учнів ще не стала особистою цінністю, рівень їх освіченості в цій галузі залишився низьким, багато з них не займаються фізичними вправами щоденно.

Необхідне переведення фізичного виховання у школі на якісно новий рівень, обумовлений чіткою постановкою її мети, цільової спрямованості. Слід визначити інтегративну мету педагогічного процесу і фізичного виховання зокрема.

Такою інтегративною метою виступає всебічний розвиток особистості. Основою такого розвитку є весь навчально-виховний процес у школі, орієнтований на всебічний, гармонійний розвиток у єдності знань, умінь, переконань, якостей, творчих здібностей, норм поведінки, реалізація яких

проходить у навчальному процесі, праці, організації здорового способу життя.

Всебічний і гармонійний розвиток особистості – це якісне і динамічне утворення особистості, яке характеризується певним рівнем її фізичного розвитку і освіченості, усвідомлення способу досягнення цього рівня і виявлення у різноманітних формах фізкультурно-спортивної діяльності і життєдіяльності в цілому. Її структура включає три взаємопов'язані компоненти: мотиваційно-ціннісна орієнтація особистості на активно-позитивне ставлення до фізкультури: сформовану життєву потребу в системі знань і переконань, організуючих і спрямовуючих пізнавальну і практичну активність особистості; діяльнісний підхід, що виявляється в широкому діапазоні фізкультурно-спортивних актів (пізнавальних, пропагандистських, організаторських, суддівських по самоудосконаленню, саморозвитку, самовихованню).

Таким чином, про всебічний розвиток особистості неможливо судити лише на основі її фізичного розвитку, підготовленості оволодіння руховими вміннями і навичками. Необхідно врахувати і такі компоненти, які відносяться до духовної особистості: змісту думок і почуттів, суми ціннісних орієнтацій, ступінь розвитку інтересів і потреб, переконань, що у кінцевому результаті визначають соціальну активність учнів як громадян.

Механізм процесу формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій учнів можна вважати дієвим, якщо ціннісні орієнтації перетворюються в реальні мотиви поведінки особистості. Цей процес буде проходити інтенсивно, якщо ціннісній орієнтації фізичного виховання будуть поєднуватися з життєвими планами особистості.

Фізична досконалість як важлива цінність всебічного розвитку особистості, її необхідні якості визначають динаміку становлення особистості, характеризує прагнення до гармонійного розвитку в процесі фізичного виховання до розкриття індивідуальних фізичних здібностей. Процес

досягнення цього – практичний рух від менш до більш досконалого стану, обумовлений власною активністю особистості. Ось чому формування потреби у фізичному вдосконаленні в учнів є основою освітньо-виховної роботи з фізичної культури.

Цей процес має ряд етапів.

На I – руйнуються негативні стереотипи поведінки учнів у цій сфері на основі їх інтересів і потреб; підвищення емоційності фізкультурних занять; педагогічні впливи носять яскравий позитивний вплив, що відповідає внутрішньому настроєві учнів, причому мета діяльності повинна бути їм зрозуміла і доступна; зміст діяльності - сприяти усуненню в учнів почуття власної неповноцінності, що досягається адекватною самооцінкою і заохоченням їх зусиль.

На II етапі відбувається розвиток виявлених в учнів здібностей, що надає їх діяльності особистісно значимої спрямованості.

На III етапі при усвідомленні особистісного і суспільно значимого фізичного удосконалення, формуванні індивідуального образу “Я” учні проявляють ініціативу, активність, ставлять перед собою підвищені вимоги, чому сприяє вищий рівень знань і нагромаджений практичний досвід.

Реалізація мети фізичного виховання ґрунтується на чітко визначених принципах. Принцип цілісності забезпечується єдністю духовного, фізичного, психічного, соціального рівнів, взаємозв'язок і взаємодія всіх напрямів виховання.

Принцип гуманізації посилює увагу до особистості кожного учня як вищої соціальної цінності; спрямовує на оздоровлення середовища і умов, в яких він живе, навчається, відпочиває, включається в діяльність і формує такі якості і риси особистості, які розвивають її самодіяльність, соціальну активність, працездатність і здібність до спілкування; орієнтує на здоровий спосіб життя, розвиток моральних якостей і т. ін.

Принцип диференціації і індивідуалізації створює умови для найбільш

повного розвитку і вияву здібностей, можливостей учнів і вільного вибору видів і форм фізкультурно-спортивної діяльності із врахуванням їх особистісних психофізіологічних і фізичних здібностей, інтересів, потреб.

Принцип діяльнісного підходу, спрямований на активне включення учнів у цікаві види і форми фізкультурно-спортивної діяльності, для них значимої, творчої, розвиваючої їх пізнавальну активність і самостійність.

Принцип неперервності і наступності, передбачає систематичну і цілеспрямовану діяльність по формуванню особистості учня на всіх етапах навчання в школі.

Розглянута мета фізичного виховання вимагає переорієнтацію професійної діяльності вчителя на особистість учня, на формування у нього тих якостей, рис і здібностей, які сприяють бажаному майбутньому в житті і соціально-професійній діяльності. Мета фізичного виховання вимагає від учителя збалансованих педагогічних впливів на інтелектуальну, моральну, емоційно-вольову і практичну діяльність учнів. Основа виховання учнів буде заключатися у включенні їх в особистісно значущі види діяльності, в яких активно буде відбуватись їх саморозвиток. Лише в цих умовах формується мотиваційна сфера учня.

Учителю потрібно допомогти учням визначити свою життєву програму

для виконання якої необхідні інтелектуальні і фізичні сили. Адже програма діяльності особистості лише тоді дасть поштовх розвитку здібностей, інтелектуальних і фізичних сил, коли учні зрозуміють значення своєї діяльності для себе і для інших людей.

Мета фізичного виховання потребує осмислення змісту фізичної освіти. Для цього необхідно перш за все готовність учителів до творчого мислення і викладання знань. Не можна миритися з тим, що учні задовольняються неусвідомленими знаннями, механічно виконують запропоновану діяльність. Надалі це стає джерелом їх некомпетентності і неосвіченості.

Мета фізичного виховання не може бути реалізована в повній мірі тільки в процесі навчальної діяльності. Для формування особистих якостей – світогляду, активної життєвої позиції, колективної спрямованості необхідна більш різностороння діяльність і різносторонні форми позакласної діяльності.

Досягнення мети потребує реалізації основних завдань шкільного фізичного виховання:

- озброєння учнів необхідними знаннями в галузі фізичного виховання;
- зміцнення їх здоров'я, сприяння необхідному фізичному розвитку;
- розвитку рухових здібностей;
- виховання потреби і уміння самостійно займатися фізичними вправами, свідомо застосовувати їх з метою тренування, відпочинку, підвищення працездатності і зміцнення здоров'я;
- сприяння вихованню моральних і вольових якостей.

Мета, завдання виховання на кожному етапі розвитку суспільства уточнюються, а це вимагає удосконалення його змісту, зміни методів, форм, створення нових умов їх реалізації.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методи дослідження

Вивчення обраної проблематики відбувалось згідно з принципом системності. Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження ми використовували такі методи дослідження:

- теоретичний аналіз психолого-педагогічної, філософської літератури;
- вивчення педагогічного досвіду в загальноосвітніх закладах;
- педагогічне спостереження;
- анкетування; опитування, інтерв'ю, бесіди, дослідно-педагогічна робота (констатуючий, формуючий, контрольний експерименти);
- якісний та кількісний аналіз.

Узагальнення науково-методичної літератури та її теоретичний аналіз здійснювали на 1 етапі дослідження. Вивчення якої дозволило виявити стан досліджуваної проблеми і визначити її актуальність.

Вивчення досвіду, проведення бесід, аналізу, співставлень, спостережень, визначення відношення до фізичного виховання підлітків, здійснювалось на базі Михайлівецького закладу загальної середньої освіти І-ІІІ ступеня Красилівського району (5-7 класи), Кам'янець-Подільського ліцею № 8 і № 7.

Бесіди, опитування та анкетування застосовувалися для отримання інформації з окремих проблем дослідження. Бесіди ми проводили з вчителями фізичної культури, учнями старших класів та адміністрацією закладу загальної середньої освіти.

2.2 Організація дослідження

Дослідження проводилось з вересня 2022 року по жовтень 2023 року в 3 етапи:

I етап (вересень – грудень 2022 р.) – було вивчено і проаналізовано психолого-педагогічну, філософську, соціологічну літературу з проблеми виховання учнівської молоді, виділено аспекти фізичного виховання, вивчено досвід роботи вчителів, проаналізовані педагогічні факти, явища, умови, що впливають на вдосконалення процесу шкільного фізичного виховання.

II етап (січень – серпень 2023 р.) – становила дослідно-педагогічна робота, в процесі якої ми виявили, реалізували і перевірили оптимальні педагогічні умови ефективного вдосконалення процесу фізичного виховання.

III етап (вересень – жовтень 2023 р.) – аналізували і перевіряли вірогідність дослідно-педагогічної роботи, робили висновки та оформляли роботу.

Наше дослідження полягає у визначенні й обґрунтуванні соціально-педагогічних умов поліпшення процесу фізичного виховання, які забезпечують його ефективність.

РОЗДІЛ 3

ТЕНДЕНЦІЇ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ В МЕЖАХ ФУНКЦІОНУЮЧИХ І СПЕЦІАЛЬНО СТВОРЕНИХ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ

3.1 Дослідно-експериментальна робота по удосконаленню технології фізичного виховання в рамках уроку

Аналіз основних базисних елементів змісту і практики фізичного виховання визначає напрями дослідно-експериментальної роботи, констатуючий, формуючий і контрольний експерименти по перевірці педагогічних умов удосконалення фізичного виховання учнів. Констатуючий експеримент як підготовчий етап формуючого експерименту, передбачає вибір базових шкіл для дослідження (контрольні і експериментальні класи) складання програми і методики дослідження, проведення контрольного зрізу, вивчення досвіду, проведення бесід, аналізу, співставлень, спостережень, визначення стану фізичного виховання учнів 5-7 класів Михайлівецького закладу загальної середньої освіти I-III ступеня Красилівського району, ЗЗСО №8 і №7 I-III ступеня м. Кам'янця-Подільського. В кожному закладі виділено в паралелях контрольні (А) і експериментальні (Б) класи. В дослідженні спеціально розмежовували контрольні і експериментальні класи в одній і тій же школі з метою перевірки ефективності і дієвості висунутих в гіпотезі педагогічних умов. Професійна підготовка вчителів у цих класах була фактично однакова, різниця полягала в методах і формах навчання. Кількість учнів в контрольних класах була 129 підлітків, в експериментальних класах – 141. Всього в експерименті було задіяно 270 учнів.

Реалізація мети експериментального дослідження обумовлена завданнями, які поетапно вирішувались в процесі фізичного виховання учнів

експериментальних і контрольних класів: 1) проаналізовані функціонуючі і спроектовані спеціальні педагогічні умови, що сприятимуть удосконаленню процесу фізичного виховання; 2) визначені педагогічні умови ефективного поєднання різних видів індивідуальної, групової, колективної діяльності, учнів на уроках фізичного виховання; 3) з'ясували, при яких умовах різне поєднання індивідуальної, групової і колективної діяльності учнів найбільш ефективно впливає на формування і розвиток їх позитивних якостей.

Критеріями ефективності процесу фізичного виховання в контрольних і експериментальних класах виступають:

- 1) рівень активності і самостійності учнів на уроках фізичної культури;
- 2) рівень знань про вплив на організм різних фізкультурних дій;
- 3) оперативність мислення при виконанні поставлених завдань;
- 4) рівень сформованості умінь.

Показниками визначення рівня розвитку активності і самостійності учнів була поступова зміна мотивації їх діяльності, зміна відношення до фізичної культури: від елементарного прагнення учнів повторити вправу з метою отримання позитивної оцінки або похвали; до формування глибокого інтересу до занять фізичною культурою і спортом.

Вивчення рівня активності і самостійності було розпочато в звичайних умовах навчання, коли учні навчались в 5-7 класах. Вони в силу вікових особливостей мали найбільшу рухливість, яка могла трансформуватись в свідому активність і самостійність при певних умовах.

Однак, початок дослідно-експериментальної роботи показав, що в учнів не сформовані такі уміння. Загальна фізична підготовленість зводиться до відтворення простих дій тільки при безпосередньому контролі вчителя. Складніші завдання вимагали неодноразового пояснення і репродукцію виконання дій (табл. 3.1). Як показують дані таблиці 1, з 90 учнів 5-х класів 11 % виконують вправи самостійно, 7% – самостійно відтворюють знання, під контролем вчителя виконують вправи 89% учнів, при допомозі вчителя

відтворюють знання 93% учнів. Серед учнів 6-х класів (82 учня) самостійно виконують вправи 13%, самостійно відтворюють знання – 9%, виконують вправи під контролем вчителя 87%, відтворюють знання при допомозі вчителя 91%. В 7-х класах (78 учнів) 15% самостійно виконують вправи, 11% – самостійно відтворюють знання, 85% – виконують вправи під контролем вчителя, 89% – мвідтворюють знання при допомозі вчителя.

Таблиця 3.1 – Сформованість вмінь в учнів виконувати вправи та відтворювати знання

№ п/п	Показники	Кл а с и		
		5	6	7
1.	Самостійне виконання вправ	11%	13%	15%
2.	Самостійне відтворення знань	7%	9%	11%
3.	Виконання вправ під контролем вчителя	89%	87%	85%
4.	Відтворення знань при допомозі вчителя	93%	91%	89%

Ці показники обумовлені підбором комплексу вправ, відповідно вікових особливостей, що сприяє фізичному розвитку. Показ відповідних вправ супроводжується поясненням їх значення. При кількісному і якісному аналізі виконання фізичних вправ зверталась увага на правильне і фактично точне запам'ятовування їх і повторення. Важливим критерієм було осмислення тієї чи іншої вправи, знання її впливу на організм.

Тут ми виходили з того, що будь-яке знання переходило у судження, погляди, переконання, кожне з яких складало змістову одиницю. Кількість таких змістових одиниць кожного разу визначалось відповідно до об'єму знань, які давав учитель на уроці. Це один із показників аналізу самостійного відтворення знань на даному етапі. Другим показником – поелементний аналіз виконання вправи, виявлення рівня самостійності учнів. Аналізуючи

кількість правильних відповідей учнів, послідовність виконання елементів кожної вправи, ми визначали правильність її виконання, повноту відповіді учнів, глибину розуміння важливості кожної вправи на розвиток організму.

Аналіз результатів виконання поставлених перед учнями завдань свідчить, що вони не усвідомлювали вагомість знань про значення фізичних вправ на розвиток організму, не вміли оперувати знаннями для їх пояснення, визначити порядковість виконання структурних елементів фізичних вправ, виділити необхідні вправи за їх цільовим призначенням. Крім того, відповіді учнів показали, що вони не володіють по суті навіть самими елементарними вміннями самостійно відтворити весь комплекс фізичних вправ, а також самостійно правильно користувались знаряддям, правильно підійти, правильно розпочати вправу і правильно її закінчити (див. табл. 3.2).

Таблиця 3.2 – Порядковість виконання структурних елементів фізичних вправ

№ п/п	Сформовані уміння	К л а с и		
		5	6	7
1.	Правильність, точність відтворення	15%	17%	17%
2.	Самостійність	15%	19%	20%
3.	Осмислення впливу вправ на розвиток організму	17%	18%	24%

Через місяць було проведено контрольне заняття. Учням запропонували відтворити теоретичні знання і повторити комплекс вправ (див. табл. 3.3).

Аналіз контрольного заняття показав, що з 17% учнів 5-го класу, 18% шостого і 24% – сьомого класу, які осмислювали знання про вплив на розвиток організму тільки половина (8,5%, 9% і 12%) учнів змогли їх відтворити. Але ці знання були не повні, не точні, не чіткі. В той же час вони не змогли повторити комплекс вправ.

Таблиця 3.3 – Порядковість виконання структурних елементів фізичних вправ (контрольне заняття)

№ п/п	Сформовані уміння	К л а с и		
		5	6	7
1.	Правильність, точність відтворення	9%	11%	13%
2.	Самостійність	9%	10%	12%
3.	Осміслене виконання вправ	8,5%	9%	12%

З 15% учнів п'ятого класу, 17% учнів шостого класу, 18% учнів сьомого класу, які правильно і точно виконали фізичні вправи змогли їх в такій же мірі повторити 9% учнів п'ятого, 11% – шостого і 13% сьомого класу, але не змогли майже зовсім пригадати знання про вплив цих вправ на організм. Відповідним чином зменшився відсоток учнів, які проявляли самостійність у виконанні фізичних вправ – 9% – п'ятого класу; 10% – шостого і 12% – сьомого класу.

Це переконує в тому, що теоретичний матеріал, комплекс вправ засвоєний учнями в основному на рівні мимовільного запам'ятовування і не, перетворюється в істинні знання і вміння і тому, вони не змогли бути використані учнями на контрольному занятті. Знання, уміння учнів носять аморфний характер тому і не включені в процес відтворення. В діях не відбувається процесу переходу знань у переконання.

Якісний аналіз контрольних занять показав, що учні не можуть відійти від примітивізму. Відтворення матеріалу відбувається завдяки механічній роботі пам'яті.

Рівень знань і рівень самостійності оперування знаннями при поясненні конкретного впливу тієї чи іншої вправи на фізичний розвиток відображений в таблиці 3.4.

Результати відповідей учнів свідчать, що вони, по-перше, володіють

вкрай недосконалими знаннями самостійного відтворення знань; по-друге, вони не можуть вийти з кола раніше засвоєних стандартних методів діяльності, схоплювати суть поставлених завдань, переключитись з однієї моделі мислення на іншу, розподілити знання на частини, визначити послідовність цих частин.

Таблиця 3.4 – Рівень знань і рівень самостійності оперування знаннями при поясненні конкретного впливу тієї чи іншої вправи на фізичний розвиток

№ п/п		К л а с и		
		5 90 учнів	6 82 учнів	7 78 учнів
1.	Рівень теоретичних знань про вплив фізичних вправ на фізичний розвиток:			
	а) правильні, але не повні відповіді, які давали учні при допомозі вчителя	24%	28%	32%
	б) відсутність чіткості і усвідомленості знань	30%	29%	31%
	в) повна відсутність знань	35%	30%	29%
2.	Рівень самостійності оперування знаннями:			
	а) правильне відтворення знань без допомоги вчителя	11%	13%	17%

Крім видів діяльності, описаних вище, на етапі констатуючого експерименту практикуються різні види фізкультурно-масової роботи (змагання, олімпіади, конкурси) для урізноманітнення процесу фізичного виховання. Результати участі учнів у цих видах діяльності виявились маловтішними. Представимо кількісні показники: 1) учні приймають участь у цих видах фізкультурно-масової діяльності, знаючи, що це вплине на оцінку – 71% з 250 учнів 5-7 класів; 2) учні правильно розуміють значення цих видів

діяльності для фізичного розвитку – 68%; 3% приймають участь тому, що цікаво – 59%; 4) приваблює спілкування з однокласниками – 51%; 5) прагнення перевірити на власному організмі вплив відповідних вправ – 33%.

Маловтішними і виявились дані таблиці 4. Правильні, але не повні відповіді про вплив фізичних вправ на фізичний розвиток при допомозі вчителя давали учні (24%) п'ятих класів, 28% – учні шостих класів, 32% – учні сьомих класів. Відсутність чітких і усвідомлених знань була у 30% – п'ятих, 29% – шостих, а також 31% учнів сьомих класів. Правильне відтворення теоретичних знань без допомоги вчителя було у 11% учнів п'ятих класів, 13% учнів шостих класів і 17% учнів сьомих класів.

Такі результати констатуючого експерименту, які дозволяють зробити висновки, що в учнів в основному формуються підходи до виконання вправ, до участі у фізкультурно-масовій роботі, механічно запам'ятовують фрагменти теоретичних знань, у них мало формуються уміння самостійності.

Якісний змістовний аналіз діяльності учнів дозволяє нам встановити причину низького рівня їх самостійності. Вона полягає в тому, що сьогоденна практика організації самостійної діяльності учнів у процесі фізичного виховання в кращому випадку стимулює учнів до фіксації дій і застосування останніх з метою засвоєння і закріплення практичних умінь. Навчання індивідуальному пізнанню в основному обмежене нагромадженням повного набору вправ, які визначені навчальною програмою і оволодіння відповідними уміннями їх виконання. Пояснення цих вправ, ступінь їх усвідомлення на основі їх впливу на організм є другорядним. Звідси і низький рівень засвоєння знань учнями і відтворення їх на практиці.

Отримані дані дозволяють нам визначити педагогічні умови організації процесу фізичного виховання учнів на уроках фізичної культури, шляхи його удосконалення, а також методи формування в учнів необхідних позитивних якостей.

Серед основних педагогічних умов можна виділити:

- залучення кожного учня в структурі уроку до активного, систематичного виконання вправ і їх неодноразове повторення з метою запам'ятовування ;
- цілеспрямований підбір вправ із врахуванням їх впливу на розвиток організму і запобігання хвороб;
- врахування принципу наступності при формуванні системи виконання фізичних вправ;
- озброєння учнів теоретичними знаннями важливості вправ, їх функціональне призначення, конкретність результатів їх впливу на фізичний розвиток ;
- організація письмової фіксації теоретичного матеріалу і графічного відображення відповідних вправ;
- формування позитивних якостей (активності, самостійності, ініціативи, взаємодопомоги, дисципліни, відповідальності і т.ін.) як складової частини досягнення мети – виховання всебічної і гармонійно розвиненої особистості.

Суть формуючого експерименту полягала в конкретизації основних базисних елементів змісту фізичного виховання. При цьому ставилась основна вимога до методики організації фізичного виховання на уроці; кожний тип відповідних фізичних дій за своєю структурою і змістом повинен стимулювати інтелектуальну діяльність учнів, в процесі якої йде засвоєння теоретичних знань, формування практичних умінь, що відбувається на основі усвідомлення змісту кожної фізкультурної дії, яка виконується.

Основними завданнями формуючого експерименту передбачались:

- 1) формування умінь самостійно виконувати фізичні вправи на уроці; вміти повторити їх, а також виконати вдома;
- 2) привчити учнів до усвідомлення значення відповідних вправ для фізичного розвитку.

Ми підбирали комплекс фізичних вправ, передбачених програмою, структура яких була доступна для даного віку, які були не дуже складні для запам'ятовування і відтворення.

Перша група фізичних вправ, які застосовувались на уроках фізичної культури, була спрямована на формування елементарних умінь їх виконання. Ознайомлення учнів з цими вправами розпочиналось з детального пояснення вчителем їх значення для фізичного розвитку, далі слідувало спостереження за зразком, який показував вчитель і повторювали учні. На наступному уроці теоретичні знання поглиблювались, розширювались, фізичні вправи удосконалювались. Формування уявлення про здоровий спосіб життя, формування уміння підтримувати енергетичний тонус організму. При цьому вивчення кожної нової вправи розпочиналось з постановки мети, уточнення завдань, їх значенням і структурою. Завданням передбачався зразок і в процесі виконання для учнів актуальним була конкретна мета, яка ставилась в процесі уроку на кожному його етапі.

Система вправ тільки з гімнастики в основному включала виконання основної гімнастичної стійки, шикування в шеренгу, в колону по одному, розмикання на інтервал піднятих рук; виконання команд “направо”, “наліво”, комплексу вправ ранкової гімнастики; пересування на носках, стрибки з просуванням, з поворотом; рівновага на гімнастичній лаві; різні стійки з одночасними рухами рук, нахил тулуба, присідання з різними положеннями рук; лазіння та перелізання по горизонтальній та похилій гімнастичній лаві; танцювальні вправи - галоп, притоп, приставка; рухливі українські народні ігри.

Наведені види фізичних вправ стимулюють головним чином відтворення діяльності учнями за зразком. Для досягнення мети важливо не стільки глибоке розуміння суті конкретних завдань, скільки уміння ефективно виконувати поставлені завдання.

Друга група фізичних вправ передбачає формування умінь теоретичного

аналізу. В процесі виконання фізичних вправ учням ставиться завдання, щоб вони самостійно визначили їх функціональне призначення.

Характерними ознаками активності і самостійності учнів на такому рівні продуктивної діяльності на уроках фізичної культури були:

- відтворення теоретичних знань з виділенням функціонального призначення фізичної вправи;
- залучення не всіх знань, а диференціація їх до пояснення окремих частин комплексних вправ;
- систематично, з уроку в урок, розширювати і поповнювати знання.

Для цього учням необхідно зрозуміти суть основних взаємозв'язків теоретичних знань, щоб їх можна було розбити на окремі блоки, для більш ефективного використання в різних варіаціях. Така організація дозволяє міцніше засвоїти теорію знань і самостійно, цілеспрямовано їх відтворювати.

Система інтелектуальної діяльності учнів була такою:

- пояснення учням функціонального призначення фізичних вправ, що супроводжують аналіз їх виконання;
- самостійний відбір теоретичного матеріалу і його систематизація у відповідності до запитань вчителя в процесі бесіди;
- складання плану відповідей на поставлені запитання (усно, письмово);
- записування теоретичних висновків, інформації, узагальнень, зроблених самостійно чи за допомогою вчителя;
- графічне відображення структури фізичних вправ.

Система інтелектуальної діяльності учнів передбачає постійне її ускладнення. Відповідно змінилась і методика проведення уроків у процесі формуючого експерименту.

Основною метою експериментальних уроків фізичної культури було формування в учнів самостійності. При поясненні теоретичного матеріалу враховувались вікові особливості учнів, їх досвід інтелектуальної діяльності. Особлива увага надавалась практичному підкріпленню теоретичного

матеріалу. Учні засвоювали новий матеріал, закріплювали, отримували домашнє завдання:

а) підготувати письмове пояснення значущості виконання деяких фізичних вправ;

б) підготувати роз'яснення комплексу фізичних вправ;

в) співставити вплив різного роду фізичних вправ на організм, дати теоретичне пояснення;

г/ замалювати окремі види вправ у зошиті.

Третя група фізичних вправ об'єднує всі види діяльності учнів, які мали цілеспрямований характер. Цей етап передбачає не тільки формування якостей самостійності, але й творчості. Виконання поставлених завдань обумовлено необхідністю застосовувати теоретичні знання, практичні уміння в нових ситуаціях, самостійно знаходити вирішення поставлених вчителем завдань.

Учням, наприклад, даються питання для з'ясування значення впливу фізичних вправ на розвиток організму, або окремих органів, та функціональне призначення тієї чи іншої вправи, або їх комплексу, наприклад:

- Які вправи впливають на запобігання появи остеохондрозу?

- Поясніть, чому після виконання вправ із скакалкою, м'ячем активізується кровообіг, робота серцевих м'язів?

- Що необхідно робити при запамороченнях?

- Які можуть бути негативні наслідки від виконання фізичних вправ без знання їх функціонального призначення?

Учні вже на початку виконують поставлені завдання, передбачаючи кінцевий результат діяльності та її способи.

Залучення учнів до самостійної діяльності по застосуванню теоретичних знань на практиці обумовлює зміну існуючої методики організації і проведення уроків, характерну поєднаність діяльності вчителя і діяльності

учнів.

Проведена серія уроків з попереднім визначенням завдань, вирішення яких вимагає самостійного використання теоретичного матеріалу. Ці уроки починаються із вступу вчителя, які передбачають створення проблемної ситуації, обґрунтування і постановку навчальної проблеми. Навчання починається з постановки проблемних завдань, які учні повинні були вирішити. Діяльність учнів спрямована так, щоб учні спочатку з допомогою вчителя, а потім самостійно, групували теоретичні знання так, щоб можна було логічним шляхом вирішити поставлені вчителем завдання. Виконання учнями поставлених вчителем завдань приводило до відтворення пояснень вчителя, а також до творчої діяльності, самостійності, пошуку способу виконання завдань.

Наприклад, в 5 класі, починаючи навчання техніці акробатичних вправ (перекат вперед, назад, стійка на лопатках), виявлені учні, які першими починають виконання цих вправ. Спільно з ними розбирались помилки, які допускались однокласниками, уточнювались способи їх ліквідації, способи страховки і раціональної організації місця занять.

Якщо хтось із учнів добре освоював техніку виконання вправ, він направлявся в групу до учня, який майстерно виконував ті чи інші вправи і він перевіряв його вміння, виправляв помилки, навчав прийомам надання допомоги і страховки і давав йому допуск до навчання товаришів, за яких ніс відповідальність. Таким чином, на уроці в цей час учитель працює з фізично слабкими учням, не випускаючи з поля зору заняття в інших групах. Після цього кожній групі давалося завдання записати найбільш характерні помилки, що допускалися при виконанні вправ. Це заставляло кожного учня аналізувати техніку виконання рухових дій з метою виправлення помилок на наступному етапі навчання.

Такий підхід сприяє свідомому засвоєнню матеріалу навчальної програми, підвищенню інтересу до нього. Знання, набуті учнями в результаті

самостійного спостереження і активної мислительної діяльності, краще заучувались і міцніше запам'ятовувались.

Виховання творчої самостійності продовжувалось в 6-х і 7-х класах. На уроках гімнастики на етапі розучування елементів вправ застосовувалась така структура побудови навчання на уроці. Клас ділився на групи по 5-6 учнів, визначались керівники груп, які водночас були помічниками учнів. Вони закріплювались за кожним гімнастичним приладом. Керівники груп повинні були добре володіти технікою виконання гімнастичної вправи, яка розучувалась на даному уроці, прийомам страховки. Через повний час відбувалась зміна приладів і керівники груп вибирали на своє місце іншого учня, який здатний організувати на цьому приладі заняття з іншими групами. Якщо помічник учителя не зміг підготувати на своє місце заміну, він залишався на цьому ж місці, а вчитель відзначав це як його недоробку. Вчитель підводив учня до того, щоб зробивши аналіз процесу навчання діяльності в групі, вони незалежно від своїх симпатій вибирали для продовження работ з групи такого однокласника, який би вмів слухати, бачити, мав би організаторські, комунікативні уміння і доброзичливо ставився до товаришів. Даний прийом сприяє підвищенню вимог до себе і до інших, а це вже є поєднанням на уроці навчання з вихованням.

Таким чином, кожен учень проходить три умовні етапи навчання: вивчення вправ, проведення аналізу, навчання своїх товаришів. Це забезпечувало формування самостійності і відповідальності учнів, переходу від пасивного спостереження за процесом навчання до активного включення в нього.

Включення в творчу діяльність відбувалося шляхом залучення учнів до процесу самостійного пошуку знань з різних джерел - підручників, телебачення, радіо, рекомендованої літератури.

На уроках фізичної культури використовувалась методика постановки проблемних питань типу: якщо повторити нахили тулуба на гімнастичній

лаві три рази, чи збільшується кровообіг у три рази? Чи потрібно диференціювати фізичне навантаження в залежності від ваги учня? Вчитель при цьому стимулює учнів використовувати наявні теоретичні знання і практичний досвід, використовувати додаткові джерела інформації, організувати дискусію, колективне обговорення відповідей.

Перший цикл експериментальних уроків був проведений в п'ятих класах з теоретичного матеріалу – знання здорового способу життя; основних правил змагань з вивчених видів спорту; тактику дій у різних видах спорту, у практичному матеріалі – організуючі вправи, загально-розвиваючі вправи, стрибки, акробатика, лазіння, виси та упори, рівновага, спортивні ігри. На кожному уроці учні отримували конкретні завдання, які вони використовували самостійно.

В експериментальних класах вчитель систематично слідкував за записами теоретичного матеріалу, в контрольних – цього не робив. Аналіз контрольної перевірки міцності знань, проведений через місяць, показав, що в експериментальних класах знання були ґрунтовнішими, в контрольних цей рівень був набагато нижчим, хоч всім учням дозволялось користуватися своїми записами у зошитах (див. табл. 3.5).

Чіткі, повні відповіді на питання давали 83% учнів експериментальних класів і тільки 17% учнів контрольних класів. Неповні відповіді на питання давали 17 % учнів експериментальних класів і 62% учнів контрольних класів. Відсутність знань в експериментальних класах не зафіксована, в той час як в контрольних – 21%.

Дані таблиці свідчать про розрив у знаннях учнів експериментальних і контрольних класів.

Таблиця 3.5 – Аналіз контрольної перевірки міцності знань

№ п/п	Критерії відповідей	Експериментальні класи	Контрольні класи
1.	Чіткі, повні відповіді на питання	83%	17%
2.	Неповні відповіді на питання	17%	62%
3.	Відсутність знань	-	21%

Це пояснюється тим, що в експериментальних класах учитель постійно формує в учнів інтелектуальні уміння, звертає увагу на засвоєння і запам'ятовування теоретичного матеріалу, його письмової фіксації, уміння робити певні висновки, що не роблять в контрольних класах. 137 учнів (із 141) експериментальних класів орієнтовані в різних варіантах питань, які ставив учитель і досить чітко відтворювали теоретичні знання. В контрольних класах переважна більшість учнів 98 (із 129) не справилась із завданням, яке давав вчитель. Це були примітивні пояснення.

Результати проведеного експериментального дослідження на даному етапі дають можливість зробити ряд теоретичних узагальнень.

1. Цілком можливе цілеспрямоване направлення учнів на поєднання практичного виконання фізичних вправ з їх теоретичним осмисленням.

2. Щоб учні міцно оволодівали знаннями слід забезпечити ряд педагогічних умов: а) організація на уроці інтелектуального пізнання і практичної діяльності в тісному поєднанні, організація поєднання теоретичного матеріалу з практичними діями учнів; б) спрямувати мислительну діяльність учнів при виконанні фізичних вправ в єдиний цілісний процес діяльності; в) стимулювати учнів до творчості в процесі відтворення теоретичного матеріалу; г) формування глибокого розуміння знань, умінь, навичок, міцного запам'ятовування як основи єдності поглядів і переконань; д) організація діяльності учнів на основі логічної пам'яті; е)

формування в учнів самостійності, творчості, потреби інтелектуального пізнання на основі реалізації чітко усвідомленої загальної мети; ж) формування позитивних мотивів діяльності у процесі поєднання теретичних і практичних дій.

Організація заняття із врахуванням вищеперерахованих умов передбачала: а) з'ясування рівня, об'єму знань, якості; б) виявлення ступеню оперативності знань, наявність елементів творчості при їх використанні; в) встановлення рівня сформованості творчих умінь.

Таблиця 3.6 – Результати проведеного експериментального дослідження

№ п/п	Критерії відповідей	Експериментальні класи	Контрольні класи
1.	Правильні і в повному об'ємі відтворення теоретичних знань	89%	63%
2.	Оперативність відтворення знань, швидкість знаходження відповідей на запитання.	91%	68%
3.	Виявлені творчі уміння при використанні знань у різних ситуаціях	90%	38%

Співставлення результатів надає перевагу учням експериментальних класів. Із 141 учня експериментальних класів правильно і в повному об'ємі відтворюють знання 89%, відповідно із 129 учнів контрольних класів – 63% і т.ін.

Отже, дослідно-експериментальне дослідження показало, що навчання на уроках фізичної культури може бути успішним, а процес фізичного

виховання ефективним, коли дотримуватись таких педагогічних умов:

- 1) конкретне і логічне групування теоретичного матеріалу, комплексу вправ;
- 2) чіткості визначення мети, завдань, методики навчання на кожному структурному етапі уроку;
- 3) забезпечення навчання на кожному етапі уроку на основі руху від незнання до знання, від невміння до уміння;
- 4) введення нової технології для підвищення якості навчання;
- 5) систематичне залучення учнів до діяльності по виконанню різного роду теоретичних і практичних завдань;
- 6) органічне поєднання різних видів діяльності учнів;
- 7) формування якостей самостійності, творчості, активності, дисциплінованості, відповідальності і т.ін.

3.2 Інноваційні введення, як ведуча педагогічна умова поліпшення процесу фізичного виховання учнів

Важливою педагогічною умовою удосконалення процесу фізичного виховання є творча праця вчителя, введення ним інновацій в навчально-виховний процес з метою ефективного розвитку і формування особистості, збереження її здоров'я як основної цінності. Вкрай тривожний сучасний стан здоров'я українського народу потребує його збереження і зміцнення особливо у підростаючого покоління [14, с. 45-48].

Інновація з латинського слова означає новинка, зміна, введення чогось нового. Введення інновацій у процес фізичного виховання вимагає творчості вчителя. Поняття творчості в роботі педагога і психолога [10, с. 3-5] трактується з позиції прогресу, результатів творчої діяльності, а також через такі риси творчості, як оригінальність, гнучкість мислення.

Оскільки творча педагогічна діяльність є процесом, що піддається

управлінню, існує об'єктивна необхідність у створенні відповідних педагогічних умов для формування творчих здібностей, досвіду виконання цієї діяльності. Специфіка діяльності вчителя фізичної культури вимагає від нього прояву як мислительної так і моторної творчості, що ґрунтується на загальних механізмах розвитку [49, с. 99-102].

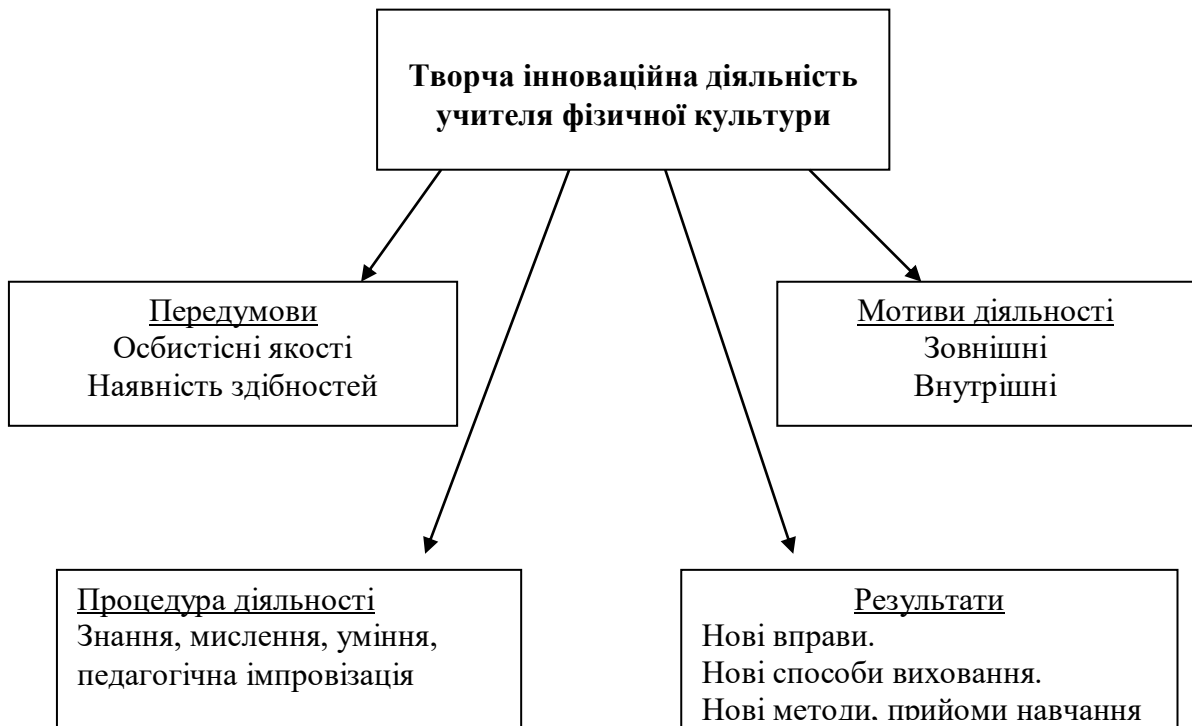
Професійна діяльність вчителя постійно потребує розвитку творчої активності. І тут виникає чимало проблем. Частіше всього творчість виникає стихійно і залежить від самого вчителя. У більшості вчителів їх професійна діяльність здійснюється на репродуктивному рівні: вчитель навчає учнів так, як навчався сам, як навчали його, так, як він знає. Закономірно, що урок, проведений на такому рівні, не буде ефективним.

Якщо творчість розуміють як діяльність, то цілком природньо розглянути її з позиції теоретичної діяльності, розробленої психологом Виготським Л.С., Леонтьєвим А.Н., Кузьміною Н.В. [2; 4; 19; 32; 35], що дає можливість утворити інноваційну діяльність вчителя фізичної культури, виділивши її складові структурні компоненти (див. табл. 3.7).

Передумова творчої інноваційної діяльності вчителя – наявність здібностей (табл. 3.7), структура яких включає: нестереотипність мислення і діяльності, бачення перспективи розвитку і виховання учнів, критичність, передбачення як випереджаюча форма прогнозування майбутнього.

У творчій, інноваційній діяльності вчителя має місце та форма передбачення, яка включає нове, як результат мислительної діяльності вчителя. В структуру творчої інноваційної діяльності вчителя входить здатність відтворювати ідеї, що відрізняються від загальноприйнятих, відчуття проблем прогресу фізичного виховання учнів. Не менш важливі деякі особисті якості: спостережливість, сприйняття, вразливість, інтелектуальна інтуїція, широта і глибина знань, ініціатива, активність, працездатність, а також схильність до педагогічної діяльності.

Таблиця 3.7 – Передумови творчої інноваційної діяльності вчителя



Творча інноваційна діяльність учителя починається з формування цільової установки, яка характеризується як педагогічна готовність до реалізації задуму, пов'язана із створенням нового, оригінального в процесі фізичного виховання учнів. Психологічна установка мобілізує сили, енергію, необхідну для здійснення задуманої цілі (ідеї). Постає питання, чому одні вчителі працюють добросовісно із повною віддачею сил, але не проявляють, творчої інновації, а інші знаходяться постійно у творчому пошуку? Це залежить від мотивів, які є основою творчої інноваційної діяльності вчителя.

Мотив означає: потреба, спонукання, потяг і т.ін. Зовнішні мотиви – це прагнення до грошової винагороди, підвищення кваліфікаційного статусу, схвалення адміністрації, колег, прагнення до визнання. Ця мотивація неефективна і може призводити до негативних наслідків: індивідуалізму, суперництва, недовіри, конфліктів. Саме тому перевага надається внутрішнім мотивам діяльності. Структура внутрішньої мотивації діяльності вчителя включає потреби, інтереси, захоплення, ідеали, уяву про перспективи,

бажання удосконалювати свою діяльність, любов до учнів, відповідальне ставлення до роботи, нарешті, незадоволення наявним станом справ. Внутрішні мотиви орієнтовані на суспільне значення, стимулюють удосконалення професійної майстерності.

Творчий процес по створенню і введенню до навчально-виховного процесу інноваційних характеристик, перш за все, поява задуму, ідеї, гіпотези, чому передує тривала мислительна діяльність, пов'язана з аналізом розвитку учнів у процесі фізичного виховання. По - друге, нагромадження знань, роздумів, співставлень, пошуком шляхів реалізації та обґрунтування задуму. Далі виробляється план реалізації ідеї, визначаються необхідні засоби та методи її вирішення.

На уроці фізичної культури творчість вчителя проявляється при спілкуванні з учнями в імпровізації, яка ґрунтується на інтуїції. Вона включає оцінку ситуації, що виникає, поведінку учнів, власної діяльності і прийняття рішень на основі наявного досвіду. Імпровізація входить у практику діяльності вчителя і тісно пов'язана з педагогічною творчістю, здібностями. Вони допомагають передбачити шляхи виникнення проблемної ситуації; відкинути традиційне, стандартне у розв'язанні завдань і знайти нові, оригінальні шляхи розв'язання проблеми і мисленно вибрати оптимальні; передбачити наслідки, спланувати пошуки вирішення проблеми.

Значна частина творчої діяльності вчителя проходить поза навчально-виховним процесом. Це і аналіз заняття на уроці, аналіз результатів діяльності учнів. Перед ним постають питання "Чому?" (Чому ті чи інші учні не можуть освоїти відповідні вправи? Чому у них низький рівень зацікавленості до занять фізичної культури?), на які він намагається дати відповіді.

Шляхом тестування 34 учителів фізичної культури, ми проаналізували і виявили в них рівень сформованості у них творчих умінь. Результати були невтішними, тому, що незалежно від стажу роботи рівень був значно нижчий, ніж інші уміння (див. табл. 3.8).

Таблиця 3.8 – Рівень сформованості творчих умінь учителів

№ п/п	Сформовані уміння	Кількість учителів
1.	Гностичні (пізнавальні)	18%
2.	Комунікативні	26%
3.	Конструктивні	20%
4.	Організаторські	24%
5.	Творчі (креативні)	12%

Дані таблиці 8 показують, що найбільше сформовані уміння комунікативні (26%), далі організаторські (24%), конструктивні (20%), гностичні (18%), і найменше сформовані творчі уміння (12%).

Відносно високого рівня сформованості творчих умінь учителів, то вони проявляються тільки після 5-10 років педагогічної діяльності. Низький рівень сформованості творчих здібностей вчителів та їх пізній розвиток пояснюється недоліками професійної підготовки.

Результати творчої діяльності вчителя фізичної культури по введенню інновацій показують конкретні її наслідки: це і оригінальні композиції гімнастичних вправ, це і нові способи виконання фізичних вправ.

Введення інновацій в навчально-виховний процес повністю залежить від учителів. Тут необхідно диференціювати введення інновацій як авторської творчості і як творчості їх запозичення, застосування. Практика показує, що більшість вчителів відносяться до II групи, використовуючи інноваційні ідеї інших. Тому цілком закономірно, що одні і ті же нововведення сприймаються та застосовуються по-різному: одні з них активно сприймаються, а потім із ентузіазмом вводять їх в навчально-виховний процес, доповнюючи своїми ідеями та розповсюджуючи далі; інші вчителі ставляться до нововведень помірковано, спокійно. Інша категорія вчителів – це ті, що не поспішають, висловлюють сумніви, спостерігаючи, що з цього вийде. Якщо є позитивний результат, то включаються в процес нововведень, якщо ні, то підкреслюють, що найбільш надійне – це перевірка практикою, традиціями.

Проведене нами опитування 34 вчителів фізичної культури загальноосвітнього закладу I-III ступеню с. Михайлівці, Красилівського району, навчально-виховного об'єднання I-II ступеню с. Зоряне, Віньковецького району, а також Віньковецького загальноосвітнього закладу I-II ступеню і загальноосвітніх закладів №8, 9, 12, 13, 16, 17 I-III ступенів м. Кам'янця-Подільського показало, що 17,2% учителів сприймали нововведення активно, 45,2% - помірковано і 37,6 – очікувально. На основі цих даних можна зробити такі висновки: у вчителів різне ставлення до нововведень; найбільший процент учителів (45,2%) ґрунтовно осмислюють свої ідеї, аналізують їх плюси і мінуси, вплив на результати роботи; 37,6% учителів не поспішають вводити інновації, або в силу своєї консервативності або ж їх несприйняття; 17,2% учителів із ентузіазмом підхоплюють будь-які нововведення, запроваджують їх у практику роботи, емоційно до них ставляться, хоч і не завжди бувають позитивні результати. Тут простежується цікава закономірність – найбільш активно і позитивно ставлення до інновацій молодих вчителів віком до 35 років, помірковано – вчителі до 45 років, консервативно – вчителі до 55 років.

Введення інновацій залежить від педагогічних умов, які сприяють або не сприяють цьому процесові.

На основі аналізу теоретичних джерел, опитування вчителів нами встановлено, що їх творче новаторство залежить від сприятливого клімату в школі, в педагогічному колективі. Підтримка колег по роботі адміністрацією школи – це дуже важлива умова введення інновацій, розвитку новаторства, збільшення кількості вчителів-новаторів, зменшення негативного або байдужого ставлення до новаторського процесу.

Важлива умова ефективності нововведень в навчально-виховний процес – це розповсюдження новаторського досвіду. Тривалий час питанням вивчення, узагальнення та впровадження передового педагогічного досвіду не надавалося належного значення. Пізніше піднесення ролі педагогічного

досвіду відбулося в 70-90 роки і в галузі фізичного виховання. Досліджені питання удосконалення методів і засобів фізичного виховання, досвід взаємодії спільної діяльності сім'ї і школи по фізичному вихованню, методика вилування занять фізичною культурою на формування різних якостей особистості.

В нашому дослідженні цікавило питання, якими мотивами керувалися вчителі фізичної культури при введенні іновацій (див. табл. 3.9).

Таблиця 3.9 – Мотиви вчителів фізичної культури для введення іновацій

№ п/п	Результати опитування	34 вчителі	%
1.	Прагнення внести зміни в процес фізичного виховання	15	28,2
2.	Для підвищення рівня розвитку учнів	14	26,0
3.	Піклування про здоров'я учнів	10	18,0
4.	Бажання стимулювати учнів до самостійності	9	17,0
5.	Небажання відставати від інших	6	10,2

Аналіз даних свідчить, що при введенні іновацій більша частина вчителів (28,2%) керується альтруїстичними мотивами. Це свідчить про те, що ці вчителі будуть запроваджувати нововведення в навчально-виховний процес. На другому місці – мотив підвищення рівня розвитку учнів (26,0%), а на третьому місці – піклування про здоров'я учнів (18%), на четвертому – бажання стимулювати учнів до самостійності (17%), на п'ятому – небажання відставати від інших (10,2%).

На основі цих показників можна зробити висновок, що вчителям

притаманна досить ґрунтовна і стійка мотивація, що сприяє стимулюванню для введення інновацій. При проведенні експериментального дослідження ми збирали нові ідеї, нові технології проведення уроків фізичної культури і намагались детально ознайомивши, заохочувати вчителів до їх запровадження.

Так, вчитель Михайлівецького ЗЗСО I-III ступеня, Красилівського району Лавренчук В.М. на уроках фізичної культури використовує метод кругового тренування у підготовчій частині уроку. Школярі на чотирьох станціях виконують такі вправи: піднімання тулуба із положення лежачи; випад лівою, правою ногою; віджимання від опори; стрибки з двох кроків розбігу і т.ін.

Вчитель фізичної культури Кам'янець-Подільського ліцею № 8 використовує прийоми підвищення ефективності уроку фізичної культури у початковій школі, в тому числі по профілактиці порушень постави, на основі вправ: а) у парах з гімнастичними палками (розтягування, нахил, повороти, стрибки через палку, обігання вертикально установленної палки під рукою партнера, а потім вісімки – обігання палки та партнера і т.ін.); б) з кубиком (кубик на голові, повороти переступанням на місці, присідання; за сигналом вчителя треба підняти кубик над головою – вправи на увагу) і т.ін.

Великий інтерес у вчителів фізичної культури викликала технологія фізичного виховання дітей М. Єфименка “Театр фізичного розвитку та оздоровлення дітей”. Вона розрахована на дітей молодшого шкільного віку. Автор назвав її ще “тотальним ігровим методом”, втіливши в цих словах своє педагогічне кредо «грати щодня, грати постійно, грати завжди». Ґрунтується ця технологія на таких десяти професійних положеннях:

1. Йти за логікою природи (педагогіка повинна бути природною).
2. Фізичне виховання дітей повинно здійснюватися по спіралі, нове поєднуючи з відомим.
3. Педагогічний спідометр, або так звані загальнорозвивальні вправи

(підбирати підготовчу частину заняття – уроку – згідно з «еволюційною гімнастикою»).

4. Поділ заняття на три частини за фізіологічною суттю.

5. Театр фізичного виховання дітей (граючи – оздоровлювати, граючи – виховувати, граючи – розвивати, граючи – навчати).

6. Позитивна, світла енергія радості і задоволення (фізичне виховання повинно заряджати дітей позитивними емоціями).

7. Руховий портрет дитини «малює» методика ігрового тестування.

8. Створи тренажери сам!

9. Здоров'я здорових вимагає профілактики та корекції.

10. Через рухи та гру – до виховання Людини майбутнього.

У системі фізичного виховання дітей Єфименко виокремлює такі *основні рухові режими*: плавальний, лежачий, повзальний, сидячий, стоячий, ходьбовий, лазальний, біговий, стрибковий. їх назви свідчать про те, яким основним рухам надають перевагу на конкретному занятті.

Разом з учителями ми намагались проаналізувати “горизонтальний пластичний балет” (“пластик-шоу”), який об’єднує все позитивне, чим багаті художня гімнастика, аеробіка, балет, шейпінг, акробатика, музичні заняття. Він успішно замінює комплекс гімнастики пробудження. Намагались заохочувати вчителів до використання скорочених його програм при проведенні фізкультхвилинок, фізкультпауз і фізкультурних розваг та свят.

Аналіз роботи вчителів по введенню інновацій зацікавив нас результатами їх впливу на навчально-виховний процес, а також, наскільки вчителі задоволені отриманими результатами (табл 3.10).

Отже, 44,4% вчителів задоволені результатами введення інновацій, 31,5% не зовсім задоволені, вони відзначають, що чекали кращих результатів, 24,1% вчителів незадоволені.

Таблиця 3.10 – Аналіз роботи вчителів по введенню інновацій

№ п/п	Результати опитування	34 учителі	%
1.	Задоволені	24	44,4
2.	Не зовсім	17	31,5
3.	Не задоволені	13	24,1

Ця категорія вчителів нас цікавила найбільше. Чому саме незадоволені? Які причини? При проведенні бесід з'ясувалось, що ці вчителі надто вимогливі до самих себе, що незадоволення у них викликане також недосконалою організацією введення інновацій в умовах, що відмінні від попередніх. Відрадно є те, що жоден учитель не констатував факт погіршення у своїй роботі після введення інновацій, що створює позитивний ґрунт для подальшого введення, а також сприйняття консервативною частиною вчителів.

Однією із об'єктивних педагогічних умов ефективної організації процесу фізичного виховання учнів є нормальний режим роботи закладів; наявність спортивних залів, їх матеріальне забезпечення необхідним обладнанням.

Сьогодні відбуваються сутички різних дитячих і молодіжних угруповань, навіть із трагічними наслідкам. Для таких сутичок потрібна сила і вміння її застосовувати. І підлітки без участі дорослих стали активно, і цілеспрямовано розвивати силові якості, використовуючи для цього всі легальні і створювані за власною ініціативою "підпільні" спортивні секції. Вони пристосовують незайняті приміщення, підвали, горища під організацію занять, готують своїх тренерів-лідерів. У старших класах допомогти бажаним результатам дуже важко тому, що вже міцно сформоване негативне ставлення до фізичної культури і мало залишилось

часу для роботи.

Тому основну увагу необхідно звертати на розвиток фізичної культури з першого по сьомий клас. Велика енергія учнів цього віку дозволяє їм займатися фізичною культурою регулярно і із захопленням змагатися. Досвід показав, що кілька років таких занять формує їх потребу продовжувати у старших класах.

Переорієнтація дитячих інтересів вилилась у небезпечне зменшення об'єму рухової активності, привело до серйозних наслідків: з кожним роком збільшилось число дітей, що мають зайву вагу, недостатньо і негормонально розвивають мускулатуру (значні порушення постави) і багато інших відхилень. Такі відхилення стали для дітей нормою і не хвилювали їх.

Малорухливий спосіб життя в поєднанні з великими перевантаженнями приводить до масових проявів серед дітей нервозних станів.

На процес нововведень впливає не лише двозмінний режим роботи, а й їх матеріальний стан, наявність спортивних залів, оснащених необхідним обладнанням. Сьогодні немає сумнівів в тому, що технічна оснащеність - це одна із об'єктивних передумов застосування нововведень. В процесі дослідження ми намагалися визначити залежність між введенням інновацій і наявністю сучасного спортивного обладнання.

Проведене нами вивчення стану справ і аналіз показав, що в своїй більшості спортивні зали школи не обладнані належним чином, особливо це стосується сільських шкіл. Аналіз роботи вчителів, які працюють у школах з добре оснащеними спортивними залами, показав, що з 34 опитаних вчителів постійно намагалися вводити інновації 41% вчителів, періодично – 29%, рідко – 19%, їх не вводили – 11%.

У школах із задовільним оснащенням спортивних залів із 23 учителів, що там працюють, постійно вводять інновації 31% вчителів, періодично – 11%, рідко – 28%, не вводять – 30%.

У школах з поганим оснащенням постійно вводять інновації 9% вчителів, періодично – 7%, рідко – 17%, не вводять – 67%.

Отже, можна зробити висновки, що найбільше нововведень у процесі фізичного виховання у школах з хорошим та задовільним оснащенням спортивних залів.

Добрим нововведенням в багатьох школах є проведення уроків фізичної культури з музикальним супроводом. Серед шкіл з хорошим обладнанням цю інновацію використовують постійно 44% вчителів, періодично – 26%, рідко – 11%, взагалі не використовують – 9%.

В школі із задовільним станом оснащення музикальний супровід використовують постійно – 21% учителів, періодично – 16%, рідко – 13%, не використовують – 60%. І у школах із незадовільним оснащенням 7% постійно, 9% – періодично, 14% – рідко і 70% – не використовують.

Вищенаведені дані показали, що музикальний супровід найбільше використовують вчителі шкіл із хорошим оснащенням спортивних залів. Вони пояснюють цей факт напівжартівливо – “з музикою легше жити”, на уроці це створює відповідний мажорний настрій, а класична музика за їх спостереженнями заспокоює нервову систему.

Так, вчитель фізичної культури Лавренчук Василь Михайлович із задоволенням поділився з колегами професійними досягненнями і використанням сучасного інвентаря на уроці фізичної культури. На його уроках під музикальний супровід виконують ритмічну гімнастику з предметом – великим м'ячем – кулею (діаметр м'яча – кулі приблизно 50 см). Вчитель демонструє багато цікавих і корисних вправ (сидячи на м'ячі – кулі, у ритмі присідань на розвиток різних груп м'язів; те ж саме лежачи на кулі – спиною, грудьми, з допомогою перекочування на кулі виконуючи масаж м'язів, віджимання від підлоги, ноги на кулі і т.ін.).

У процесі аналізу інноваційної діяльності учителів нас цікавило питання ставлення учнів до неї. Опитування 234 учнів-підлітків показало, що

вони позитивно оцінюють нововведення, підкреслюють, що на таких уроках їм цікаво і вони набагато активніші. На питання: “Чи хочуть вони, щоб на уроках виконання фізичних вправ супроводжувалось музикою?”, відповіли: так - 87% учнів, ні – 6%, байдуже- 7%.

На питання -"Чи часто вчителі вводять нововведення на уроках, використовують нові види діяльності, вправи, методи, форми і як це впливає на них?", учні відповіли: часто – 31%, ні – 18%, не знаю – 51%, а 56% відповіли, що різні інновації сприяють їх хорошему настрою, поліпшується результативність, 38% – краще засвоюють різні фізичні вправи, 6% – не замислюються над цим питанням. Можна зробити висновок, що цінність уроків фізичної культури із нововведеннями в тому, що вони позитивно впливають на успішність учнів.

Більше половини учнів 56% вважають, що на уроках із застосуванням нових методів і форм їм цікавіше і вони активніше, 38% вважають, що їм легше і вони швидше опановують різні дії, і тільки 6% незацікавлені і пасивні.

Результати, отримані на уроках фізичної культури із застосуванням інновацій, у порівнянні з іншими уроками показали, що більше половини учнів 68% вважають, що на уроках, із застосуванням нововведень досягаються набагато кращі результати у порівнянні із іншими уроками. 21% учнів вважають, що їх результати залежать від зміни методики навчання, 11% учнів вважали, що їх результати такі ж як і на традиційних уроках.

Можна зробити висновок, що 89% учнів вважають уроки з нововведеннями ефективними, цікавішими у порівнянні з уроками традиційними. Учні позитивно ставляться до нововведень, їм подобаються такі уроки і вони допомагають учителям у їх проведенні.

Інноваційна робота вчителів буде ефективнішою і процес шкільного фізичного виховання поліпшиться за таких умов:

1. Наявність необхідної матеріальної бази для інноваційної роботи.
2. Відповідна підготовка і зацікавленість вчителів у нововведенні.
3. Визначення професійного статусу вчителів на основі фіксації їх індивідуальної інноваційної діяльності.
4. Розповсюдження іноваційного досвіду шляхом проведення семінарів, методичних нарад, публікацій.

ВИСНОВКИ

У складних умовах сучасного виробництва підвищеного темпу соціального життя, від людини вимагається великої напруги розумової, психічної стійкості, пристосування до швидкої зміни режиму діяльності. Підготовка до оптимального виконання повсякденних чи нових, більш складних і інтенсивних трудових і суспільних функцій неможлива без свідомого і цілеспрямовано використання засобів фізичного виховання, фізичної культури і спорту тому, що саме вони відіграють велику роль у формуванні раціонального для сучасної людини правильного способу життя.

1. В педагогічній науці визначають загальну мету виховання – всебічний і гармонійний розвиток особистості, а це вимагає визначення конкретної мети фізичного виховання, її змістовного елементу, методів, форм і підходів з позиції сучасної концепції людини. В процесі її виховання велике значення надається розвитку фізичних сил, як фактору її всебічного формування. Цілком закономірно те, що чим більше будуть розвинені фізичні і духовні сили людини, тим продуктивніше буде її різнопланова діяльність. Саме тому, загальна мета виховання і фізичного, зокрема, спрямована на всебічний розвиток особистості, а це значить, що їх змістовні елементи взаємодіють, доповнюють один одного. Фізичне виховання як частина загального, потребує на основі аналізу удосконалення змістовних елементів, диференціації діяльності на основі врахування мотивів, потреб, інтересів, здібностей. Це утврдить тісний взаємозв'язок фізичного виховання з фізичним розвитком, який включає якісні зміни, що відбиваються у процесі зміцнення і удосконалення фізичних сил людини, її здоров'я. Для досягнення мети фізичного виховання основними є такі змістовні елементи:

- озброєння учнів системою знань про суть і суспільне значення

фізичної культури і її впливу на розвиток особистості;

- знання про психофізіологічний механізм впливу фізичних вправ на організм людини, її здоров'я;

- знання санітарно-гігієнічних правил організації життєдіяльності, організації праці, розумного відпочинку, дотримання режиму;

- розвиток рухових умінь і навичок;

- формування мотивів, потреб, інтересів, розвиток здібностей.

2. Вивчення історичних аспектів становлення і розвитку фізичного виховання, змістовних елементів, його мети, основних базисних компонентів навчального процесу показує ряд суперечностей:

- між суспільною значимістю фізичної культури для підготовки молоді до праці і несформованістю в учнівській молоді, батьків позитивного ставлення до неї як соціальної цінності;

- об'єктивна потреба суспільства у фізичному загартуванні молодого покоління і суб'єктивного формування (пасивного, не сформованого негативного ставлення молоді до фізичної культури).

3. Вищезазвані суперечності поглиблюють труднощі і недоліки педагогічного і матеріального характеру:

- надзвичайно слабкою матеріально-спортивною базою школи, не вистачає спортивного обладнання, необхідного для якісного проведення навчальних занять, позанавчальної роботи, відсутні добре обладнані спортивні зали, майданчики, корти, басейни;

- відсутністю концентрації уваги педагогів на формування мотиваційно-цінісного ставлення до фізичної культури;

- проведення фізичного виховання без врахування індивідуальних особливостей учнів, без опори на теорію розвиваючого навчання, на теорію розвитку особистості;

- відсутністю плідної співтворчості навчальних закладів один з одним, а

також із батьками, громадськістю;

- недостатньою активністю до впровадження інноваційних знахідок, новаторського досвіду в практику фізкультурного руху;

- недостатнім врахуванням індивідуальних нахилів, інтересів учнів.

4. Дослідно-експериментальна робота дала можливість виявити педагогічні умови шкільного фізичного виховання і виділити найефективніші:

- реалізувати мету і завдання фізичного виховання можна при умові формування в учнівської молоді такої цільової установки, яка дозволила б розглядати фізичну культуру і, як необхідний засіб підготовки до професійної діяльності, що задовольняє потреби суспільства у фізичній підготовці молоді і, як засіб всебічного розвитку особистості, яка прагне до саморозвитку, самоудосконалення фізичних якостей і особливостей;

поліпшити фізичне виховання учнів можна при умові діяльнісного особистісного підходу до учнів:

- а) у підлітковому віці включати учнів у різні види фізкультурної суспільно корисної діяльності, активно вводити в навчальний процес дію оцінки і самооцінки;

- б) у старших школярів фізичну роботу бажано проводити із врахуванням вимог майбутньої професії, в рамках професійно-прикладної фізичної підготовки;

- в) фізичне виховання буде мати благотворний і розвиваючий вплив, коли педагог виявлятиме творчу і професійну активність, буде правильно організовувати заняття, в тому числі із точки зору фізіології і гігієни, їх особливостей і умов, врахування індивідуально-типологічних і особистих якостей учнів, стану їх здоров'я, дотримання принципу поступового збільшення форм та інших видів навантажень;

- г) включення учнів в різні види суспільно корисної фізкультурної діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Апанасенко Г.Л., Долженко Л.П. Рівень здоров'я і фізіологічні резерви організму. Терія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 1. С. 17-21.
2. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навчальний посібник. 3-є вид. перероб., доп. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2007. 248 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2-х кн. Кн.1: Особистісно зорієнтований підхід: теоретико-методологічні засади. Київ: Либідь, 2013. 280 с.
4. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: наук.-метод. посібник. Київ : ІЗМН, 2008. 204 с.
5. Бех І. Д. Психологічний супровід особистісно зорієнтованого виховання. Початкова школа. 2003. № 3. с. 1-6.
6. Бойко А. М. Оновлена парадигма виховання: шляхи реалізації (Підготовка вчителя до формування виховуючих відносин з учнями): навчально-методичний посібник. Київ : ІЗМН, 2016. 32 с.
7. Бойко Е. С. Основи здоров'язберігаючої життєдіяльності: навчальний посібник. Брянск : Изд-во БГУ, 2004. 195 с.
8. Бойченко Т. Є. Формування в учнів середньої школи системи знань про здоров'я людини : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 Загальна педагогіка та історія педагогіки (педагог. науки). Київ, 2014. 257 с.
9. Болотіна В. Ю. Моральні цінності підростаючого покоління. Цінності і виховання : науково-методичний збірник / за ред. О. В. Сухомлинської. Київ, 1997. С. 19-21.
10. Бондар А.С., Приходько Т.І. Історія фізичної культури: навч. посіб. Харків: ФОП Бровін О.В., 2013. 222 с.

11. Ващенко Г. Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру. Львів: Українські технології, 2001. 56 с.
12. Ващенко О. М., Романенко Л. В., Свириденко О. С. Основи здоров'я : зошит-посібник. 1 клас. Харків : Веста, 2005. 64 с. : іл.
13. Ващенко О. М., Єрмолова В. М., Іванова Л. І., Операйло С. І., Романенко Л. В. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра : навч.-метод. посібник. Кам'янець-Подільський : Абетка, 2013. 192 с.
14. Ващенко Г. Виховний ідеал. Полтава : Ред. газ. «Полтавський вісник», 1994. 191 с.
15. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навчально-методичний посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 128 с.
16. Волос М. М. Формування музично-естетичних орієнтацій молодших школярів в умовах сім'ї : Автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Тернопільський державний педагогічний університет ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2019. 17 с.
17. Вугрич В. П. Особливості виховної роботи в школах-інтернатах у контексті підготовки учнів до життя й діяльності в громадянському суспільстві. Сучасні проблеми виховання і соціально-педагогічної реабілітації дітей : Зб. наук, праць. Київ : Ін-т проблем виховання АПН України, 2013. С. 10-17.
18. Гра по-новому, навчання по-іншому: методичний посібник / упорядник О.Рома. The LEGO foundation, 2018. 44 с.
19. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007 – 2011 роки. Наука в олімпійському спорті. 2007. № 1. С. 122-130.
20. Державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М.Д. Зубалія. 2-е вид., перераб. і доп. Київ, 1997. 36 с.

21. Державний стандарт початкової освіти (2018 р.).
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF#Text>
22. Діхтяренко З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами фізичної культури. Вісник Житомирського педагогічного університету імені Івана Франка. Житомир : Ред.-вид. відділ ЖДПУ імені Івана Франка, 2003. Вип. 13. С. 138-140
23. Дробний П. Д. Паспортизація фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку на базі антропометричних критеріїв оцінки : Автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харк. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди. Х., 1994. 16 с.
24. Духнович О.В. Твори. Ужгород: Карпати, 2013. 256 с.
25. Закон України „Про фізичну культуру і спорт” (Відомості Верховної Ради України , 1994, № 4, ст. 80).
26. Зубалій М., Борисенко А., Монов О., Остапенко О., Іванова Л., Столітенко Є. Державний стандарт освітньої галузі «Фізкультура і здоров'я» (Початкова школа, проект). Фізичне виховання. 2000. № 3. С. 4-17.
27. Зубалій М. Д., Волков Л. В., Тимчик М. В. та ін. Методика фізичного виховання учнів 1-11-х класів : навчальний посібник [за редакцією М. Д. Зубалія]. К. : Педагогічна думка, 2012. 209 с.
28. Зязюн І. А., Сагач Г. М. Краса педагогічної дії. Київ, 1997. 302 с.
29. Івашковський В. В., Остапенко О. І., Тимчик М. В. Фізичне виховання учнів початкових класів у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навч.-метод. посібник /за ред. М. Д. Зубалія. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2014. 172 с
30. Кравець В. П. Історія класичної та зарубіжної педагогіки та шкільництва: Навчальний посібник для студентів педагогічних навчальних закладів. Тернопіль, 2016. 436 с.

31. Кондратюк С. М. Інтегративний підхід до виховання у молодших школярів здорового способу життя : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Суми, 2013. 195 с.
32. Куц О. С., Виноградський Б. А. Методологія комплексного масового обстеження фізичного стану школярів м. Львова : навчально-методичний. Новітні методико-педагогічні технології зміцнення та збереження здоров'я учнівської молоді. Львів : Українські технології, 2013. С. 195-244.
33. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи «Хортинг» для учнів 1-11-х класів загальноосвітніх навчальних закладів : навчальне видання / за ред. Е. А. Єрмоменко. Київ : Паливода А. В., 2012. 268 с.
34. Нісімчук А. М., Падалка О. С., Шпак О. Т. Сучасні педагогічні технології : навчальний посібник. Київ: Видавничий центр «Просвіта»; Пошуково-видавниче агенство «Книга пам'яті України», 2020. 368 с.
35. Навчально-методичний посібник «Нова українська школа: методика навчання інтегрованого курсу «Я досліджую світ» у 1–2 класах закладів загальної середньої освіти на засадах компетентнісного підходу»: Київ.: Видавництво «Алатон», 2019. 128 с.
36. Ничкало Н.Г., Смагін І.І., Солдатенко М.М. Інноваційність ідей А. С. Макаренка в педагогіці ХХІ століття / за ред. О.А. Дубасенюк: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2013. 304 с.
37. Нова українська школа: poradnik для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ: Літера ЛТД, 2018. 160 с.
38. Нова українська школа: poradnik для вчителя / під заг. ред. Бібік Н. М. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Пляєди», 2017. 206 с.
39. Новий тлумачний словник української мови: у 4-х т. / Укладачі: В. Яременко, О. Сліпущко. Київ: Аконт, 1998. Т.4. 910 с.
40. Оржеховська В. М. Здоров'я дітей і молоді: пріоритетні напрями валеологічної політики України та програмні завдання валеологічної галузі.

Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи розвитку в Україні. Київ : Магістр-8, 2019. С. 5-10.

41. Портал освітян України. Інтернет ресурс - <https://www.pedrada.com.ua/article/2251-nush-ta-nnovatsyn-tehnolog-v-rochatkovy-shkol>.

42. Портал превентивної освіти. Інтернет-ресурс - <http://autta.org.ua/ua/materials/theme/Fizychne-zdorovia/?start=2>.

43. Приступа Є. Н. Народна фізична культура українців. Львів, 1995. 254 с.

44. Приходько О. Ю. Дитяча психологія: нариси становлення та розвитку : навч. посібник для студентів вищих навч. закладів. Київ: Міленіум, 2014. 102 с.

45. Про концепцію виховання дітей та молоді у національній системі освіти. Інформаційний збірник Міністерства освіти. 2016. № 13.

46. Програма шкільного інтегративного курсу «Валеологія». Шкільний курс «Валеологія» : збірник матеріалів. Київ : Освіта, 1994. 94 с.

47. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року: Розпорядження КМУ від 14 грудня 2016 р. № 988-р.

48. Психологія : підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. 2-е вид., стереотип. Київ: Либідь, 2020. 134 с

49. Рибалко П. Ф., Козерук Ю. В., Лисюк С. М., Гончар В. В. Теоретико-методичні основи організації самостійних занять фізичними вправами. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченко. Серія : Педагогічні науки. Чернігів : ЧНПУ, 2016. С. 213-216.

50. Рибалко П., Скачедуб Н., Ярошек М. Управління руховою активністю учнів старшого шкільного віку. Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я

людини Вип. 17: у 4-х т. Львів: ЛДУФК, 2013. Т.2. 300 с.

51. Русова С. Вибрані педагогічні твори. Київ: Освіта, 2016. 304 с.

52. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи : підручник для студентів педагогічних факультетів. Київ : Абрис, 2017. 416 с.

53. Сагайдак В. П., Демченко З. І. Програма факультативного курсу «ЗСЖ». Початкова школа. 2014. № 6. С. 31-35.

54. Самійленко Н. М. Авторська програма виховної роботи з учнями 1-4 класів «Паростки надії». Початкова школа. 2006. № 2. С. 47-49.

55. Свириденко С. О. Формування в учнів умінь і навичок здорового способу життя засобами навчально-виховної роботи. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді : зб. наук. праць. Київ : Волинь, 2003. Кн.2. С. 161-166.

56. Сиса О. І. Взаємодія школи і сім'ї у вихованні та розвитку учнів початкових класів. Таврійський вісник освіти. 2016. № 4 (56). С. 162–167.

57. Сковорода Г.С. Повне зібрання творів: у 2-х т. / Редколегія: В. І. Шинкарук та ін. Т.1. Київ: Наукова думка, 2012. 532 с.

58. Скоропадська В. Здоров'я нації – запорука майбутнього. Демократична Україна. 23 жовтня 2017р.

59. Сухомлинський В. О. Піклування про здоров'я молодого покоління, фізичне виховання. Вибр. тв.: у 5-ти т. Київ: Рад. школа, 1976. Т. 1. с. 192.

60. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти, розроблена під керівництвом О. Я. Савченко (2018 р.).

61. Типова освітня програма початкової освіти, розроблена під керівництвом Р. Б. Шияна (2018 р.).

62. Триліс С. К. З досвіду роботи вчителя фізичної культури ЗЗСО № 183 м. Києва. Фізичне виховання в школі. 1999. № 3. С. 46.

63. Тюрина В. О. Демократичні цінності як складова змісту громадянської освіти. Цінності освіти і виховання : науково-методичний збірник / за ред. О. В. Сухомлинської. Київ, 2017. С. 71-73.

64. Українське народознавство: навч. посібник / За ред. С. П. Павлюка, Г. Й. Горинь, Р. Ф. Корчіва. Львів : Фенікс, 2014. 608 с.
65. Універсальний словник-енциклопедія / кер. проекту О. Коваль. Київ: Ірина, 2019. 1551 с.
66. Яблонський Р. Я. Чепіга (Зеленкевич) про особливості фізичного виховання дітей. Молода спортивна наука України : зб. наук. ст. аспірантів фіз. культури та спорту. Львів, 1999. Вип. 3. С. 36-41.