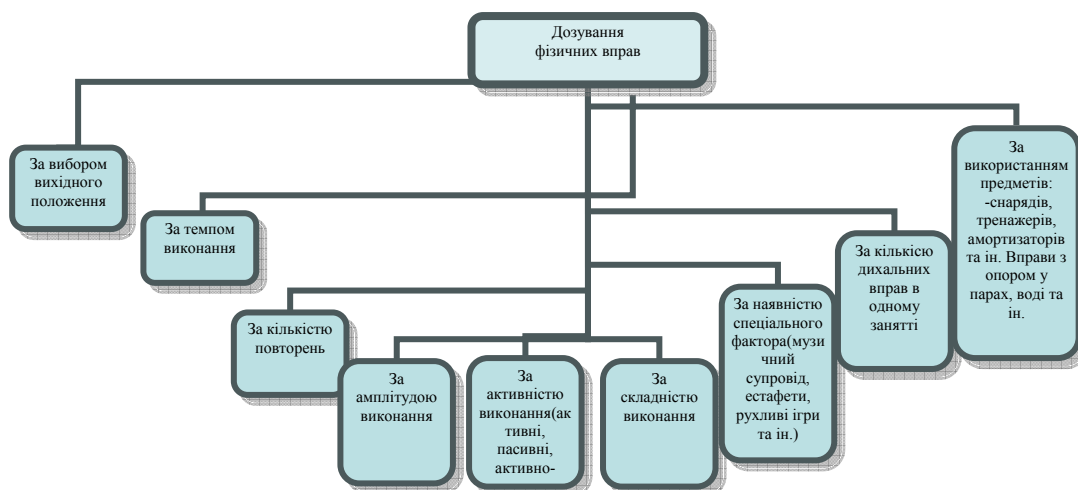


Таблиця 1



Список літератури

1. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Підручник / За ред. Професора В.В.Клапчука і професора Г.В.Дзяка. – К.: Здоров'я, 1985. – С. 90 – 103
2. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник / За ред. Круцевич Т.Ю. – К.: Олімпійська література, 2008 –С. 127 – 133
3. Фонарев М.И. Справочник по детской лечебной физкультуре. – Л.: Медицина, 1983. – 246 с.
4. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – К.: Наук. Думка, 200. – 360 с.

Формування гармонійної особистості учня засобами фізичної культури

Ю.В Кисорець, *практичний психолог,*
В.В. Пузир, *вчитель фізичної культури*
 Кіровоградська гімназія нових технологій навчання

Формування школи майбутнього в місті Кіровограді передбачає виконання багатьох завдань, одним із основних є формування гармонійної особистості учня засобами фізичної культури. Перед школою постає завдання створити насичене і активне освітнє середовище, сприятливе для саморозвитку в ньому особистості дитини. Насиченість освітнього середовища досягатиметься максимальною відкритістю, варіативністю навчального процесу, спонтанністю педагогічного процесу в цілому, які зумовлять вільний пошук учням, батькам і вчителям оптимальних форм педагогічної взаємодії. Метою нашої школи є виховання учня, який буде лідером у своїй сфері, конкурентоспроможним, потрібним суспільству, впевненим у собі. Можна

використовувати новітні методики і техніки, але не отримати високих результатів, а вкладаючи серце і використовуючи зв'язок між учнем, учителем і батьками, можливо досягти бажаного. Одним із таких напрямків є формування всебічної особистості при взаємодії методичного об'єднання вчителів фізичної культури, соціально-психологічної служби та громадськості.

Сім'я для кожної дитини - це мікрокосмос, сім'я дає перші і найважливіші знання про життя, взаємини з людьми, тому її можна розглядати як модель і форму базового життєвого тренінгу особистості. В останні роки ми спостерігаємо зниження виховного потенціалу сім'ї: несприятливі сімейні стосунки через дисгармонію батьківсько-дитячих взаємин порушують психічний розвиток дитини, неадекватні моделі поведінки дорослих призводять до того, що сьогодні багато «важких дітей», зростає кількість дітей, які «випадають» із сім'ї.

Існують певні чинники, що зумовлюють суперечності та складності у внутрішньо-сімейних взаєминах між дітьми та дорослими.

По-перше, стиль сімейного виховання здебільшого формується на основі установок, традицій, наслідування батьківських родин. Але колишні ідеологічні основи, нормативні і ціннісні орієнтації та стереотипи поведінки виявляються зруйнованими, а нові ще не сформовані. Тому у дорослих членів сім'ї практично відсутні уявлення щодо сучасних соціально-адаптивних стратегій.

По-друге, відбулося зруйнування колишньої тоталітарної системи моральних і поведінкових цінностей без достатньої зміни її ієрархією прийнятих у цивілізованому світі загальнолюдських цінностей, ідеалів і гуманних норм поведінки. Спостерігається недостатність системи позитивного виховання молодих поколінь – у плані особистісного саморозвитку, формування вольових механізмів, духовної культури, вміння конструктивного спілкування, вироблення ціннісних орієнтацій, утвердження моральних поведінкових норм, навичок відповідальності, соціально зумовленої нормативної поведінки.

По-третє, це невикористання в силу об'єктивних і суб'єктивних причин в достатньому обсязі батьками здобутків психолого-педагогічної науки, зокрема незнання батьками сучасних технологій сімейного виховання дітей.

Враховуючи вищезазначені чинники, можна сформулювати актуальні психолого-педагогічні проблеми сучасної сім'ї:

- низька готовність батьків до виконання виховної функції (відсутність системи підготовки до батьківства і несформована мотивація до самоосвіти);
- недостатній рівень загальної та низький рівень педагогічної культури;
- звуження сімейного спілкування;
- невміння користуватися методами сімейного виховання, адекватними віку й індивідуальним можливостям дітей;
- незнання вікових особливостей розвитку;
- відсутність загальної стратегії виховання;
- негативний приклад батьків, їхня асоціальна поведінка;
- емоційне відчуження;
- егоцентризм;
- обмеження можливостей і способів включення дитини в життя сім'ї.

Тому для покращення родинного впливу за допомогою школи в рамках фізичного виховання здійснюється навчально-виховна взаємодія батьків та вчителів. Лише спільними зусиллями можна досягти високих результатів, здійснити важливі освітні функції. Виходячи із можливостей спортивно-оздоровчого напрямку виховної ланки освітнього закладу на базі гімназії нових технологій навчання проводяться сімейні спортивні свята («тато, мама, я – спортивна сім'я», «козацькі розваги», «нумо, дівчатка!»),

які включають: спортивні ігри (футбол, волейбол, старту надій), різноманітні естафети, командну взаємодію, нагородження переможців (грамоти, медалі, призи). Такі заходи відбуваються у відповідності до річного плану роботи гімназії, які передбачають активне залучення якомога більшої кількості батьків та дітей. Як показує досвід, завдяки подібним змаганням батьки дізнаються про невідомий для них потенціал своїх дітей, розкривають їх зовсім з іншої сторони та бачать ті моменти, які були непомічені, пропущені в сімейному вихованні. Вони мають змогу не лише спостерігати за процесом становлення особистості в навчальному закладі, а й здійснити величезний вплив на формування позиції дитини в соціумі. Батьки, працюючи в одній команді з дитиною, постають зовсім в іншому ракурсі перед своєю дитиною, навчаються використовувати такі методи, прийоми взаємодії, які були раніше невідомі, незрозумілі для їхньої сім'ї. Для дитини це є неоціненною можливістю показати себе «справжньою» перед батьками, розкрити свої особистісні якості, ті характерні ознаки, які сприятимуть налагодженню тісного взаємозв'язку та співпраці їхньої родини. Батьки та діти, які беруть участь у спільних спортивних змаганнях, відмічають, що отримали позитивні емоції та налагодили емоційну сферу сімейних стосунків, розкрили своїх членів сім'ї зовсім з іншої сторони та зробили масу корисних висновків щодо удосконалення виховного процесу.

Для збільшення рухової активності і психофізичного розвантаження учнів проводиться гра в настільний теніс на перервах між уроками і позаурочний час, що дає змогу учням зняти психологічну напругу, переключити увагу на інший вид діяльності, сконцентруватися на фізичних вправах перед наступним уроком.

Крім того, для задоволення потрібно - мотиваційної сфери учнівського, педагогічного і батьківського колективу на базі гімназії було створено гурток любителів аеробіки. Члени гуртка беруть участь з 2007 року у науково-пошуковій роботі. Одним з аспектів такого виду роботи є формування гармонійної особистості учня. Метою якого є вивчення впливу психологічного супроводу на високу результативність спортивних досягнень учнів з аеробіки. Протягом навчального року учні тренуються в двох групах: контрольна і експериментальна. Остання з них не передбачає психолого-педагогічної підтримки, а працює у звичайному режимі тренувань. Учні самостійно формують актив команди, обирають лідера, визначають власні цілі спортивної підготовки. Педагогічну підтримку отримують лише від тренера з аеробіки. А контрольна група готується до змагань при тісній соціально-психологічній підтримці. В цьому напрямку робота в період навчально-тренувального процесу складається з формування дисциплінованості, самоконтролю, особистої гігієни, розпорядку дня, цілеспрямованості, дружелюбності, командної згуртованості, мотивації до успіху. Група працює при тісній підтримці як тренера, так і психолога школи. Спільними зусиллями розробляють план досягнення поставлених завдань, працюють відповідно до спеціально розробленої програми тренувань, проходять курс психологічної тренінгової підготовки.

Як свідчать результати попередніх років, експериментальна група показує достатній рівень підготовки до змагань, а контрольна група - високий, свідченням цього є неодноразова перемога на міських змаганнях з оздоровчої аеробіки. Отже, підготовка за спеціально розробленою схемою і підтримки вчителів фізичної культури та соціально-психологічної служби допомагає учням досягати набагато ефективніших результатів, порівняно з тими, які працюють самостійно, без професійної підготовки.

Варто зауважити, що важливою умовою цього процесу є емоційно-психологічна підготовка до виступу на змаганнях. Психологічний супровід впливає не лише на високу результативність спортивних досягнень, а й на гармонійне формування індивідуальних рис особистості. Розвивається внутрішня мотивація, наполегливість, емпатія, гнучкість мислення, впевненість у власних силах, оптимізм, згуртованість колективу, що допомагає учню використовувати такий потенціал у складних життєвих ситуаціях, розвивати себе як

особистість, наповнювати свій внутрішній духовний світ та прагнути до гармонійного буття не лише будучи учнем школи майбутнього, а й невід'ємною часточкою суспільного середовища.

Список літератури

1. Гімнастика та методика її викладання. Навчально-методичний комплекс для студентів педагогічного університету, Кіровоград, 2001 – 160 с.
2. Дубровина И.В., Данилова Е.Е., Прихожан А.М. Психология. – М.: АКАДЕ-МА, 1999. – 460 с.

Фізичне виховання, як один із пріоритетів освіти

В.О. Ковальов, доц.

Кіровоградський національний технічний університет

Одним із головних завдань сучасної освіти є створення освітнього середовища для розвитку здорової учнівської та студентської молоді, формування у неї свідомого ставлення до свого життя, оволодіння навичками здорового способу життя. Здорове молоде покоління – це запорука стабільного розвитку держави, один із чинників її позитивного міжнародного іміджу.

Аналіз статистичних даних останніх років свідчить, що на жаль, зберігаються тенденції до погіршення здоров'я й фізичної підготовленості дітей та учнівської молоді. Значно зросла кількість захворювань, пов'язаних з функціонуванням опорно-рухового апарату, серцево-судинної системи, збільшилась кількість дітей, які мають надмірну вагу.

На стан здоров'я учнівської та студентської молоді впливає багато факторів, а саме: несприятливе навколишнє середовище, погіршення санітарно-гігієнічних умов навчання та якості медичного обслуговування, поширення шкідливих звичок тощо.

Формування в учнівської та студентської молоді мотивації до здорового способу життя потребує системної комплексної роботи, спрямованої на діагностику, корекцію функціонального психофізіологічного та духовно-морального стану людини. Сформовані знання, вміння й навички забезпечать необхідний рівень працездатності, моралі та духовності кожної особистості, дадуть змогу зберегти, зміцнити здоров'я та сприяти свідомому ставленню до власного здоров'я.

Вирішення поставлених завдань слід здійснювати за трьома напрямками:

- створення здоров'язберігаючого середовища у навчальних закладах;
- формування здорового способу життя через зміст освіти;
- подальший розвиток фізичної культури і спортивно-масової роботи.

Створення здоров'язберігаючого освітнього середовища є головною передумовою зміцнення здоров'я учнівської та студентської молоді, що передбачає раціональне планування навчального навантаження на учня і студента, вмиле поєднання її рухової активності з розумовою діяльністю; організація збалансованого харчування тощо.

У вітчизняній і зарубіжній практиці найбільш поширеними є декілька моделей формування здорового способу життя.