

4. Круцевич Т. Ю. Управление процессом физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания / Т. Ю. Круцевич, В. В. Петровский. – К. : Олимпийская литература, 2003. – Т. 1. – С. 354–363.
5. Магльований А. Організм і особистість. Діагностика та керування / А. Магльований, В. Белов, А. Котова. – Львів : Медична газета України. – 1998. – 250 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / за редакцією Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Богдан Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Частина 2. – 248 с.
8. Ekblom B. Physical training, bradycardia, and autonomic nervous system / Ekblom B., Kilbom A., Solittslak J. // *Beand. J. clin. and Lab. Invest.* – 1993. – P. 215-243.
9. Helmrich S.P. Physical activity and reduced occurrence of non-insulin-dependent diabetes mellitus / Helmrich S.P. // *New England journal of medicine.* – 1991. – P. 147-152.
10. Turley K.R. Cardiovascular responses to exercise in children / Turley K.R. // *Sports. Med.* – 1997. – Vol. 24. – № 4. – p. 241-257.

УДК 373. 3. 015. 311

**Казнодзей О. В.**

**Рівненський державний гуманітарний університет**

### **ПОЗАКЛАСНА РОБОТА З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ЇХ РОЛЬ У РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ГІДНОСТІ В УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ**

*У статті здійснено теоретичний аналіз вітчизняної та зарубіжної науково-педагогічної літератури; виокремлено основні заходи та засоби позакласної роботи з фізичного виховання. Теоретично обґрунтовано, що в процесі ігор, змагань, занять фізичними вправами відбувається не лише розвиток фізичних якостей та поліпшення емоційного стану дітей, а й створюються сприятливі умови для виховання почуття гідності в учнів початкових класів.*

**Ключові слова:** учні початкових класів, гідність, позакласна робота, ігри, змагання, фізичні вправи.

**Казнодзей Е. В. Внеклассная работа из физического воспитания и их роль в развитии чувства достоинства в учеников начальных классов.** В статье осуществлен теоретический анализ отечественной и зарубежной научно-педагогической литературы; выделены основные мероприятия и средства внеклассной работы по физическому воспитанию. Теоретически обосновано, что в процессе игр, соревнований, занятий физическими упражнениями происходит не только развитие физических качеств и улучшение эмоционального состояния детей, но и создаются благоприятные условия для воспитания чувства достоинства в учеников начальных классов.

**Ключевые слова:** ученики начальных классов, достоинство, внеклассная работа, игры, соревнования, физические упражнения.

**Kaznodzey O.V. Extraclass activities in physical education and their role in the development of sense of dignity of the junior pupils.** The theoretical analysis of the Ukrainian and foreign scientific and pedagogical literature has been made in the article. The main activities and methods of extraclass work in physical education have described. The content extraclass activities in physical education have analyses. This content is directed not only on the formation of the constant motivation of healthy life style, but also effects on the creation of such conditions, which form children's active life position, responsibility, justice, independence, confidence, sympathy, and respect to the surroundings. It also influences on the formation of the important outlook on the norms of behavior on the increasing of self-estimation, so that under such conditions without the development and the formation of the personality with the sense of dignity is impossible. It was theoretically grounded that the formation of the main features of the personality, such as self-estimation on the basis of which self-consciousness is created, formation of the I-conception, the development of people's free behavior, the development of the empathy – the ability to understand their people in the inner level, the ability to sympathize other people is taken place in the process of games, competitions and doing physical exercises. Competition, physical activity and doing physical exercises which are important extraclass activities in physical education, improve physical state, sport competence and also effectively influence on the development of sense of dignity, form the character, increase confidence, self estimation, pupils learn to win and loose with dignity, to overcome difficulties. The creation of educational situations during the excursions, tours influences on the upbringing of the sense of dignity for junior pupils effectively because it allows to develop the social behavior experience; the sympathy to the classmates and adults; the feeling of the responsibility of the common deeds; the perience of the moral choice.

**Key words:** the junior pupils, dignity, extraclass activities, games, competitions, physical exercises.

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями.** В умовах значних змін в соціальному, економічному і політичному житті перед школою та суспільством постають завдання створити умови для розвитку і самореалізації кожної особистості, формування активної, впевненої, духовно багаті особистості, здатної долати труднощі, протидіяти проявам бездуховності, вчитись навичкам поважного ставлення до інших та вміння будувати міжособистісні відносини. Одним із ефективних засобів у розв'язанні цих завдань є позакласна робота з фізичного виховання, яка є важливою ланкою в системі фізичного виховання учнів і проводиться відповідно до загальної мети і завдань фізичного виховання, сприяє формуванню фізичного та морального здоров'я, вдосконаленню не лише фізичної, а й психологічної підготовки до активного життя. Зміст позакласної виховної роботи з фізичного виховання спрямований не лише на формування стійких мотиваційних установок на здоровий спосіб життя, а й відкриває перед кожним учнем великі можливості для самоствердження, сприяє

підвищенню їх самооцінки, поважного ставлення як до себе так і до оточуючих, сприяє вихованню в них самостійності, активності, впевненості, співпереживання, тобто всіх тих якостей, які характеризують особистість з розвинутим почуттям гідності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Виховні можливості занять з фізичної культури у вихованні окремих аспектів гідності, в учнів початкових класів, у своїх дослідженнях розкрили вітчизняні науковці Голуб В.А., Карачевська Н.В., Ольхова-Марчук Н.В., Троценко Т.Ю., а також зарубіжні - Байлер, Санґіо Парк [1,5,7,12, 13, 18]. Такі дослідники як Артюшенко О.Ф., Зеленський Р.М., Дмитрів Р.В., Кахідзе Г., Ледак В.П., Тучинська Т.А., Огірко І., та інші у своїх публікаціях розкрили виховну роль фізичного виховання у формуванні гармонійно розвиненої особистості. Проте, проблема виховання гідності в учнів початкових класів у процесі позакласної роботи з фізичного виховання не була висвітлена як окреме виховне завдання.

**Мета:** розкрити виховні можливості позакласної роботи з фізичного виховання у формуванні почуття гідності в учнів початкових класів.

**Завдання:**

- виокремити основні заходи та засоби позакласної роботи з фізичного виховання;
- розкрити виховний вплив позакласної роботи з фізичного виховання у формуванні почуття гідності в учнів початкових класів.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення вітчизняної та зарубіжної науково-педагогічної літератури, систематизація наукових даних.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Гідність являє собою сукупність високих соціально-моральних якостей людини, а також оцінка їх самою особистістю й громадською думкою [6, с.288]. Досить сприятливі умови для виховання цього почуття створюються у процесі позакласної роботи з фізичного виховання, де відбувається не лише фізичний розвиток дітей, а й формуються нові грані характеру особистості, відбувається накопичення досвіду моральних взаємовідносин, виховання відповідальності, справедливості, поваги до себе та оточуючих, співпереживання. В процесі позакласної роботи з фізичного виховання педагог має змогу глибше пізнати особистість кожного учня, виявити його психологічні можливості та особливості, простежити за його поведінкою, і, відповідно, скорегувати її у правильне джерело, а це, в свою чергу, допоможе вчителю досягти більш ефективного результату у вихованні в учнів цієї безумовної цінності. Теоретичний аналіз проблеми дослідження дав змогу виокремити основні заходи та засоби позакласної роботи з фізичного виховання, які сприяють ефективному розвитку почуття Розглянемо більш детально кожен із засобів позакласної роботи з фізичного виховання. Найбільш важливе місце в позакласній роботі з фізичного виховання посідають ігри. Ш. Амонашвілі наголошував на тому, що духовний світ дитини збагачуватиметься лише тоді, коли вона це багатство вбиратиме через дверцята емоцій, через почуття, співпереживання, спільної радості, гордості, через пізнавальний інтерес [8, с.52]. гідності в учнів початкових класів.



Рис. 1. Заходи та засоби позакласної роботи з фізичного виховання

На виховну роль ігор у формуванні особистості дитини звертали увагу видатні педагоги П.Лесгафт, А.Макаренко, О.Сухомлинський, М.Стельмахович, К.Ушинський. Рухливі і спортивні ігри виховують силу, спритність, витривалість, відвагу, рішучість, ініціативу, товариську взаємовиручку, привчають долати психічні й фізичні навантаження, гартують організм, створюють у дітей бадьорий і веселий настрій [10, с.155]. А.С.Макаренко вважав, що моральна сфера дитини може формуватися внаслідок сукупності «багаторівневих стосунків» [3, с.4]. Роль гри в особистісному розвитку дитини досліджували сучасні науковці О.П.Демченко, Г.Ф.Древаль, Г.І.Колосінська, Л.С.Русан та інші. Функція гри спрямована на формування базових засад особистості: самооцінки, на основі якої формується сомоусвідомлення, формування Я-концепції, розвиток довільної поведінки, розвиток емпатії – уміння розуміти інших людей на внутрішньому рівні, здатність реагувати на переживання іншої людини [8, с.59]. У грі, таким чином, створюються всі умови, які необхідні для виховання почуття гідності в учнів початкових класів. Створюючи ігрові ситуації, розподіляючи ролі між дітьми, педагог дає можливість дитині відчути себе на місці іншої людини, що сприяє вихованню поваги до інших, доброти, співпереживання; діти вчаться надавати допомогу іншим. У грі формуються основні компоненти моральної вихованості і дитина, граючись, підсвідомо їх засвоює та розвиває у своєму характері [14, с.17].

Активна рухова діяльність ігрового характеру, позитивні емоції підсилюють усі фізіологічні і психологічні процеси в організмі, поліпшують роботу всіх органів і систем. Правила ігор регулюють поведінку гравців, сприяють вихованню взаємодопомоги, справедливості, колективізму, дисциплінованості, відповідальності, витримки, вміння долати труднощі, цілеспрямованості, сміливості. Додержання правил виховує чесність, сміливість, культуру поведінки в колективі, вміння керувати і регламентувати свої дії, виявляти самостійність та ініціативу [2, с.6]. Всі ці позитивні моменти гри сприяють вихованню гідності у молодших школярів. Гідність виконує важливу регулятивну функцію [12, с.103]. Вступаючи у взаємовідносини під час гри, діти вчаться регулювати свою поведінку, контролювати свої дії, вчинки, вчаться вирішувати конфліктні ситуації, приймати рішення [4, с.310]. Особиста рухова участь у грі допомагає педагогу скоротити відстань між собою і дітьми. Вихователі-майстри володіють ігровими ситуаціями, дозволяють їм увійти в духовний світ учнів, направити їх ініціативу і творчу активність у потрібне русло. У грі розкриваються здібності, інтереси, ті якості особистості, які залишаються прихованими за інших обставин [4, с.310]. Не менш важливим заходом у процесі позакласної роботи з фізичного виховання є змагання. У процесі змагань в учнів загартовується характер. Вони вчаться перемагати і гідно програвати, мужньо переносити невдачі. В разі поразки вчаться контролювати свій психічний стан, свої дії, вчинки. Адже, змагальна діяльність сприяє вихованню і вчить максимально проявляти фізичні і психічні сили [4, с.311]. Під час змагань учні проявляють наполегливість, терпіння, адже їм приходится миттєво вирішувати рухові завдання різного рівня складності, а це приносить їм задоволення, радість, а отже сприяє підвищенню впевненості, самооцінки, що є важливим компонентом почуття гідності. Свята та екскурсії, що є важливими засобами позакласної роботи з фізичного виховання, також сприяють не лише фізичному, а й духовному зростанню особистості. Свята народжують у душі дитини світлі шляхетні почуття, виробляють уміння жити в колективі, прилучають дитину до ідеалів суспільства. Масовість, краса, емоційна піднесеність і романтичне забарвлення свят, доступність сприйняття закладених у них моральних ідей роблять їх ефективним засобом формування духовних, естетичних, інтелектуальних почуттів і навичок моральної поведінки [9, с.6]. Забавляючись під час свята, дитина навчається. У святі беруть активну участь всі учасники. А це сприяє засвоєнню учнями етичних знань, вихованню поваги до інших, дитина розуміє та усвідомлює норми та правила поведінки, тобто створюються всі умови, котрі сприяють ефективному розвитку почуття гідності у дитини.

Не менш важливу роль відіграють походи та прогулянки, які займають особливе місце серед всіх заходів позакласної роботи з фізичного виховання і дають широкі можливості для оволодіння певними знаннями, вміннями і навичками. Під час походів та прогулянок всі учасники не лише отримують моральне та фізичне задоволення, але краще пізнають один одного, вчаться розуміти, що таке взаємодопомога та підтримка, вчаться долати труднощі, проявляти сміливість, впевненість, відповідальність. Відпочиваючи на природі, педагог організовує ігри, змагання, виховне значення яких описано вище. Під час екскурсій, походів педагогу доцільно використовувати виховні ситуації, які є ефективними у вихованні молодших школярів і мають великий виховний потенціал, а також можуть стати школою доброти, милосердя, співпереживання. Виховні ситуації дозволяють виробляти й закріплювати досвід соціальної поведінки; співчуття ровесникам, дорослим; переживання відповідальності за спільну справу; морального вибору тощо. У виховних ситуаціях дитина постає перед необхідністю вибрати розв'язок із декількох можливих. Відбувається випробовування й одночасний розвиток моральних якостей і переконань особистості, її здатності поставити себе на місце іншої людини [8, с.112]. Тобто, за таких обставин створюються всі необхідні умови для розвитку почуття гідності в учнів початкових класів. Основним засобом всіх заходів, які проводяться у процесі позакласної роботи з фізичного виховання є фізичні вправи. Без них неможливе проведення жодного змагання, гри, конкурсу тощо. Через фізичні вправи учні покращують свій фізичний розвиток та фізичну підготовленість у гуртках та спортивних секціях.

Зарубіжні вчені у своїх дослідженнях стверджували, що фізична діяльність і заняття фізичними вправами не лише покращують фізичний стан, спортивну компетентність, але ефективно впливають на розвиток почуття гідності [15, 16, 17]. Під час виконання фізичних вправ, учням часто доводиться долати невпевненість і навіть страх. У процесі освоєння вправи ці почуття минають, натомість з'являється задоволення від уміння виконувати засвоєні дії. Коли учень досяг успіхів при виконанні тієї чи іншої вправи, важлива роль тут належить схваленню. Адже похвала педагога спонукає учня до поліпшення активності, викликає почуття задоволення результатами своєї роботи, почуття власної гідності [4, с.309]. Крім того, педагогу дуже важливо прослідкувати за тим, щоб над учнями, у яких ще не виходить виконання вправи, не було насмішок з боку інших учнів. Оскільки це спричиняє у дітей стан підвищеної тривожності і відображається на їхній поведінці [4, с.309]. А це, в свою чергу, формує занижену самооцінку. Низька самооцінка підриває впевненість у своїх силах і формує низький рівень досягнень та очікувань [4, с.309]. Адже формування самооцінки нерозривно пов'язане з почуттям гідності. Проте є школярі, які завжди готові допомогти своєму однокласникові подолати труднощі при виконанні фізичних вправ, виявити співчуття, співпереживання, що притаманне особистості, у якій розвинуто почуття гідності. Учні повинні усвідомити, що їхня гідність залежить від доброго ставлення до оточення, від наявності постійного прагнення до самовдосконалення [4, с.309].

#### **ВИСНОВКИ**

На основі аналізу та узагальнення літературних джерел виокремлено основні заходи та засоби позакласної роботи з фізичного виховання, розкриті пріоритетні напрями у вихованні почуття гідності в учнів початкових класів. Саме такі заходи, як ігри, змагання, естафети, походи, екскурсії, які є необхідними складовими позакласної роботи з фізичного виховання, сприяють не лише розвитку та удосконаленню фізичних якостей молодших школярів, але й сприяють створенню умов, які формують у дітей активну життєву позицію, відповідальність, справедливість, поважне ставлення до інших, виробленню важливих світоглядних установок, норм поведінки, тобто всіх тих умов, без яких неможливий розвиток та становлення особистості з розвинутих почуттям гідності.

**ПЕРСПЕКТИВОЮ НАШИХ ПОДАЛЬШИХ ПОШУКІВ** є розробка методики та впровадження її з урахуванням вікових та психологічних можливостей дітей у процес позакласної роботи з фізичного виховання, а також підготовка педагогів та батьків до виховання цієї цінності.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Голуб В. А. Реалізація принципу єдності фізичного та морального виховання на уроках фізичної культури у дітей молодшого шкільного віку: автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 «Фізична культура,

фізичне виховання різних груп населення» / Голуб Віктор Анатолійович; Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2010. – 21 с.

2. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку / Е.С. Вільчковський. – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.
3. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение / Р.И. Жуковская. – М.: Педагогика, 1975. – 112 с.
4. Казнодзей О.В. Виховання гідності в учнів початкових класів у процесі занять фізичною культурою / О.В. Казнодзей // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): 36. наук. праць. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова – 2013. Том 1 – Вип. 7(33). – С. 308-312.
5. Карачевська Н.В. Навчально-ігрове середовище як важливий чинник виховання емоційно-вольових якостей молодших школярів на уроках фізичної культури: автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання та спорту: [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Карачевська Надія Володимирівна; Львівський державний університет фізичної культури. – Львів, 2007. – 18 с.
6. Карпенчук Світлана Григорівна. Теорія і методика виховання: навч. посіб. / С.Г. Карпенчук. – К.: Вища школа, 1997. – 304 с.
7. Ольхова-Марчук Н.В. Формування культури міжособистісних взаємин молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. педагогічних наук: [спец.] 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Ольхова-Марчук Наталія Володимирівна; Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. – Тернопіль, 2010. – 22 с.
8. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної та початкової освіти: навч.-метод. посіб. / за ред. Г.С. Тарасенко. – К.: Видавничий Дім «Слово», 2010. – 320 с.
9. Свято в школі: навч.-метод. посіб. / [уклад.: Е.М. Бачинська, Ю.М. Половинчак, Н.В. Яременко]; Київ. обл. ін.-т післядипломної освіти пед. кадрів. – Біла Церква: КОІПОПК, 2003. – 272 с.
10. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка: навч.-метод. посіб. [для студентів пед. вузів, держ. універ.] / М.Г. Стельмахович; – Київ: Ін-т змісту і методів навчання, 2003. – 230 с.
11. Троценко Т.Ю. Формування моральних якостей учнів 3–4 класів у процесі туристсько-краєзнавчої діяльності: автореф. дис. ... канд. педагогічних наук: [спец.] 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Троценко Тетяна Юріївна; Інститут проблем виховання академії педагогічних наук України. – Київ, 2009. – 23 с.
12. Філософський словник / [за ред. члена кореспондента АН СРСР, академіка АН СРСР В.І. Шинкарука]. – 2-ге вид., перероб. – Київ, 1986. – 797 с.
13. Bailey R. Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes / R. Bailey // Journal of School Health. – 2006. – P. 397-401
14. DeVries Rheta. Promoting moral development through play during early childhood / R. DeVries; Universiti of Northen Iowa, College of Education's Regent Center, 2002. – 30 p.
15. Ekeland E., F Heian F., K B Hagen K B. Can exercise improve self esteem in children and young people? A systematic review of randomised controlled trials / Ekeland, F Heian, K B Hagen // British Journal of Sports Medicine. – 2005. – P. 792-798.
16. Opendacker J., Delecluse C. and Boen F. The Longitudinal Effects of a Lifestyle Physical Activity Intervention and a Structured Exercise Intervention on Physical Self-Perceptions and Self-Esteem in Older Adults / Joke Opendacker, Christophe Delecluse, and Filip Boen // Journal of Sport and Exercise Psychology. – Katholieke Universiteit Leuven. – 2009. – P.743-760.
17. Sibley, B. A. & Etnier, J. L. The relationship between physical activity and cognition in children: a meta-analysis / B. A. Sibley, J. L. Etnier // Pediatric Exercise Science. – 2003. – № 15. – P. 243-256.
18. Sungjoo Park M.A. Moral Education and Sport. Dissertation. Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy in the Graduate School of The Ohio State University \ Sungjoo Park M.A. – The Ohio State University, 2010. – 148 fol.

УДК 371.212

*Карпюк І. Ю., Обезюк Т. К.*  
*Національний технічний університет України "КПІ"*

### ВИВЧЕННЯ РІВНЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО ВУЗУ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

*У роботі проведено аналіз мотиваційної сфери до занять фізичним вихованням студентської молоді. Основним завданням викладача має стати вплив на особистість майбутнього фахівця: формування здатності до самовизначення, саморозвитку з використанням засобів фізичної культури.*

**Ключові слова:** студент, мотивація, фізичне виховання.

**Карпюк І. Ю., Обезюк Т. К. Изучение уровня мотивации студентов технического вуза к занятиям физическим воспитанием.** В работе проведен анализ мотивационной сферы к занятиям физическим воспитанием студенческой молодежи. Основной задачей преподавателя должно выступать воздействие на личность будущего специалиста: формирование способности к самовыражению, саморазвитию с использованием средств физической культуры.

**Ключевые слова:** студент, мотивация, физическое воспитание.

**Karpiuk I., Obeziuk T. A study of level of motivation of students of technical institute of higher is to engaged in physical education.** In work the analysis of motivation to employment by physical training of student's youth. As conducting problem of the teacher of high school formation of ability to self-expression, self-development with the use of means of physical training. Due to technical progress, the rapid development of science and the growing amount of new information necessary modern student learning