

ПОГЛЯДИ ВИДАТНИХ ПЕДАГОГІВ МИНУЛОГО НА ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ТА ЇХ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З СУЧАСНІСТЮ

У статті розглядаються важливі аспекти зміцнення здоров'я молодого покоління у наукових працях видатних педагогів минулого. Розкривається доцільність використання педагогічних надбань у фізичному вихованні учнів для зміцнення їх здоров'я. Акцентується увага на ролі фізичної підготовки у всебічному розвитку дітей. Висвітлюються питання використання ефективних засобів фізичного виховання у позаурочній виховній роботі з учнями козацьких класів початкової школи. У представленому досвіді роботи з учнями козацьких класів розкривається взаємозв'язок минулого та сучасності.

Ключові слова: видатні педагоги, фізичне виховання, козацький клас, позаурочний час.

Постановка проблеми. У педагогічній теорії й практиці проблеми фізичного виховання дітей висвітлено різнобічно. Однак і сьогодні особливої актуальності набуває дослідження поглядів видатних педагогів минулого на фізичне виховання дітей, їх переосмислення та збагачення, що є важливою умовою для розвитку здорової людини, майбутнього патріота-громадянина своєї нації. Досвід роботи передових учителів переконливо доводить, що застосування прогресивних ідей педагогів минулого у практичній діяльності має позитивний вплив на фізичний розвиток школярів.

Водночас недостатньо висвітлені питання використання ефективних засобів фізичного виховання у позаурочній виховній роботі з учнями козацьких класів початкової школи.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Наукове дослідження виконано згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка на 2016 – 2020 рр. відповідно до теми: "Теоретичні і методичні основи фізкультурної освіти різних груп населення" (номер державної реєстрації 0116U000900).

Мета і завдання дослідження. Метою наукової роботи є вивчення поглядів видатних педагогів минулого на фізичне виховання дітей та дослідження їх взаємозв'язку із сучасністю. Завдання роботи: проаналізувати думки видатних педагогів минулого з питань фізичного виховання дітей та узагальнити досвід виховної роботи з учнями козацьких класів молодшого шкільного віку сучасної школи у позаурочний час.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз літератури показав, що освітянська преса кінця XVIII – XX століть на своїх сторінках все частіше відстоювала необхідність побудови школи національної за формою і змістом: на народному підґрунті, традиціях і звичаях народу.

Так, понад 50 років свого життя присвятив вихованню підростаючого покоління видатний швейцарський педагог Й.Г. Песталоцці (1746 – 1827). Метою виховання за Песталоцці був розвиток природних сил і здібностей людини, а головним завданням – формування її моральності. Він вважав, що "фізичне, чуттєве і розумове виховання дитини повинно починатися з фізичного розвитку через систему елементарної гімнастики, домашнього фізичного виховання" [3]. Ці прогресивні для свого часу ідеї з успіхом використовуються й сьогодні в багатьох сім'ях, де діти починають ранок з ранкової гімнастики.

Великий внесок у розвиток теорії фізичного виховання зробив видатний вчений в області анатомії, антропології, педагогіки П.Ф. Лесгафт (1837 – 1909 рр.). У фундаментальній праці "Керівництво з фізкультурної освіти для дітей шкільного віку" [5] він науково обґрунтував концепцію фізичного виховання людини. Ідея гармонійного розвитку, необхідність керуватися дидактичними принципами у навчанні дітей фізичним вправам, методика володіння рухами свого тіла по етапам від вивчення правильних форм рухів через поступове збільшення напруження, до впровадження орієнтування в часі та просторі повністю перенесені до сучасної системи фізичного виховання різних груп населення і зараз не втратили своєї актуальності.

Важливе місце у розв'язанні проблеми сучасної системи фізичного виховання належить засвоєнню творчої спадщини видатних українських педагогів і організаторів національної системи тіловиховання в минулому.

У своїх працях К.Д. Ушинський (1824 – 1871 рр.) розглядав фізичне виховання дітей як складову частину їх гармонійного розвитку. Він вважав, що одним з "наймогутніших методичних засобів навіть при глибоких внутрішніх хворобах – є система довільних рухів, спрямованих на доцільну зміну фізичного стану" [11].

Саме гімнастика, на думку Костянтина Дмитровича впливає "не тільки на зміцнення тіла й розвиток тих чи інших органів, але й на запобігання хвороб і навіть вилікування їх".

На переконання К.Д. Ушинського тільки у дитячі та юнацькі роки народжується сила і спритність, наполегливість та урівноваженість, пластичність й ритмічність рухів, які спрямовуються на досягнення досконалої будови тіла. Тому, навчання дитини, в тому числі і фізичних вправ, необхідно погоджувати з

їх органічним розвитком в певний період часу і ні в якому разі "не прискорювати і не сповільнювати цього розвитку, а тільки давати йому здорову душевну споживу" [12].

Фізичне вдосконалення немислимо уявити поза зв'язком із вольовими зусиллями, свідомої та цілеспрямованої діяльності дітей. К.Д. Ушинський порівнював волю із "наймогутнішою силою, яка може змінювати не тільки думку, але й тіло", спрямовуючи сили організму на той чи інший орган тіла [12].

Сучасні дослідники відзначають, що ідея фізичного й духовного вдосконалення підрастаючого покоління знайшла своє відображення в теоретичній спадщині багатьох українських прогресивних діячів освіти, серед яких вагоме місце займає Василь Сухомлинський [13].

В.О. Сухомлинський (1918 – 1970) завжди зосереджував увагу батьків і вчителів на тому, що "добре, міцне здоров'я, відчуття повноти невичерпності фізичних сил – дуже важлива умова життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності долати труднощі" [8].

На його думку виховання фізичної культури особистості – це турбота про здоров'я і збереження життя як найвищої цінності, це система роботи, що забезпечує гармонію фізичного розвитку і духовного життя, багатогранної діяльності людини [9]. Видатний педагог був переконаний у тому, що фізична культура повинна сформувати свідоме ставлення підлітка до власного організму, виробити вміння берегти здоров'я, зміцнювати його правильним режимом праці, відпочинку, харчування, гімнастикою і спортом, загартовувати фізичні й нервові сили, запобігати захворюванню [9].

Крім цього, він вказував на те, що фізична культура має бути тісно зв'язаною з культурою моральною і естетичною. Турбуючись про власне здоров'я, підлітки створювали і оберігали обстановку, необхідну для здоров'я, відпочинку, повноти життя інших людей. Він вказував, що "чуйність до себе не повинна розвиватись за рахунок байдужості до інших" [9].

При формуванні фізичної досконалості дітей В.О. Сухомлинський багато уваги приділяв не лише фізичним вправам, а й фізичній праці. На його переконання "багато трудових процесів в яких гармонійні, красиві, злагоджені рухи людського тіла можна порівняти до гімнастичних вправ (прополовання різних культур, ... догляд за плодовими деревами, збирання урожаю та ін.). Він вказував, що "вихованці, які займаються такою працею відзначаються прекрасним фізичним розвитком, красою, гармонійною пропорційністю, поєднанням стрункості, краси постави, пластичності рухів і фізичної сили" [8].

Василь Олександрович засуджував пасивний відпочинок. Він відзначав, що "не можна без тривоги дивитися на те, що влітку в багатьох оздоровчих таборах діти стають курортниками". Так, "відпочинок вони вбачають у тому, що максимальну частину потреб, які людина в звичайних умовах задовольняє своїми силами, тут виконував за неї хтось інший". Відпочинок він вбачав у розумному чергуванні видів діяльності, в праці, що задовольняє естетичні потреби, у творчій, активній насолоді красою природи. При такому підході дитина відпочиває повсякденно, що має велике значення для її нормального фізичного і духовного розвитку [10].

На переконання В.О. Сухомлинського, у відпочинку вихованець повинен бачити один із засобів не тільки зміцнення здоров'я і фізичних сил, а й розвитку сил духовних. Привчання до активного, діяльного відпочинку з дитинства – одне з найважливіших правил його системи виховання.

Освітній процес у сучасних навчальних закладах передбачає не тільки навчання і виховання, але й оздоровлення дітей та молоді [1]. Саме здоров'я значною мірою визначатиме стан населення України у XXI столітті. Вже ніхто не сперечається з тим фактом, що сьогодні обсяг освіти перевищує всі допустимі норми сприйняття та характеризується неможливістю повноцінного засвоєння учнями обсягу знань, який весь час зростає. Великі обсяги інформації, які потрібно запам'ятати, дитині не під силу. Це негативно впливає на її творчі здібності та здоров'я.

Крім цього зниження рівня здоров'я і фізичної підготовленості дітей та молоді є вплив прогресивного розвитку сучасних інформаційних технологій, що сприяє порушенню гігієнічно обґрунтованого режиму дня. У цьому контексті формування культури дозвілля сучасних дітей та молоді має стати однією з найважливіших сфер діяльності навчальних закладів.

Туристська діяльність є потужним засобом оздоровлення і фізичного розвитку дітей та їх батьків. За сучасної екологічної забрудненості великих міст і селищ, високого рівня шуму та інших травмуючих чинників, а також значного часу перебування учнів у закритих приміщеннях передбачає необхідність розгляду питань організації туристсько-екологічних походів як важливого засобу оздоровлення і профілактики захворювань.

Аналіз літератури засвідчує, що туристський похід – це коротка або тривала подорож з активним способом пересування (пішки, на лижах, на велосипеді, на гребних судах та інше) по всьому маршруту. Туристські походи, відповідно до своєї мети, поділяються на походи рекреаційні та походи спортивні. З погляду на зазначену кваліфікацію рекреаційного туризму деякі автори поділяють їх на походи рекреаційно-оздоровчі (їх в літературі прийнято називати просто оздоровчими), рекреаційно-пізнавальні (наприклад, екологічні походи), рекреаційно-спортивні (наприклад, пригодницькі). Домінуючими цілями рекреаційно-оздоровчих походів є повноцінний відпочинок і оздоровлення їх учасників [2].

Ідеї видатних педагогів щодо зміцнення здоров'я дітей, їх фізичної підготовленості та патріотичного виховання широко використовуються нами у процесі виховання учнів козацьких класів КУ Сумська спеціалізована школа I-III ступенів № 25. Нами представлений досвід роботи з учнями молодшого шкільного віку цієї установи.

На території школи руками дітей та батьків створено "Козацький ліс", який є навчальною базою школи просто неба. До цього лісу козачата ходять щодня. Тут вони навчаються розпізнавати дерева,

кущі, трави, доглядати за ними і приваблювати до лісу птахів, а також оволодівають навичками спостережень за рослинами й тваринами, досліджують природні причинно-наслідкові зв'язки, способи живлення тварин плодами рослин.

У козацькому лісі козачата вчать орієнтуватися за місцевими ознаками, безшумно пересуватися, непомітно й нечутно підкрадатися до птаха, звіра, тривалий час стежити за тваринами, вивчати їх поведінку, сліди життєдіяльності тощо.

На переконання учителів, батьків і самих учнів вищезазначена праця сприяє помітному зміцненню здоров'я та фізичному розвитку учнів у процесі таких позаурочних форм занять. Козачата відчувають як фізично зміцнюються їх тіло, дух, витривалість. Ці почуття підсилюються осмисленням значимості суспільно корисних справ, у результаті чого, окрім фізичного розвитку, вони отримують радість і довготривалу насолоду, що висвітлюється у їхніх творах.

Таке тривале й досить активне перебування на природі сприяє не тільки зміцненню здоров'я учнів, а й вимагає від них значного інтелектуального навантаження, що у свою чергу підтримується батьками та учителями школи.

У своїй роботі з молодшими школярами ми проводимо суботні або недільні туристичні, рекреаційно-пізнавальні (екологічні) походи разом з батьками. Оздоровчий вплив активного відпочинку на дитину відбувається не тільки за рахунок фізичної активності, а й багатьох інших аспектів. які заслуговують на увагу. До таких слід віднести загартування, чіткий режим руху маршрутом, корисне стомлення, нервово та психологічне розвантаження тощо. Загартування в походах та прогулянках здійснюється простими, усім відомими засобами: сонячні, повітряні ванни, купання та інші гігієнічні процедури. Такі засоби відіграють велику роль в сучасній рекреаційно-оздоровчій діяльності учнів. Тому, туристські походи найбільш доступна форма оздоровчої діяльності сучасних учнів.

Походи та регулярні вправи на свіжому повітрі зміцнюють імунітет, поліпшують роботу всіх органів і систем дитячого організму, позбавляють його від багатьох недуг і сприяють формуванню здорового способу життя.

Загартування учнів у похідних умовах сприяє підвищенню їх розумової і фізичної працездатності та витривалості організму, нормалізації стану емоційної сфери [6].

Так, О.О. Остапеч [7], Ю.С. Константінов, В.М. Куліков [4] доводять, що походи усувають психічне напруження. Дні, проведені на свіжому повітрі, дають учням потужний заряд бадьорості й енергії. дозволяють активно, з творчим піднесенням і гарним настроєм працювати на заняттях. Після педагогічно правильно організованого походу учні упродовж кількох днів почуваються добре фізично та спокійно.

Таким чином використання ідей видатних педагогів минулого у процесі фізичного виховання учнів козацьких класів у позаурочний час позитивно позначається на зміцненні здоров'я та підвищенні їх фізичної підготовленості.

Важливу роль у фізичному вихованні учнів козацького класу відіграють спортивні години. Вони проводяться щодня впродовж однієї години, як правило, на свіжому повітрі, незалежно від пори року.

Великого значення на кожній спортивній годині приділяється відпрацюванню навичок різних видів ходьби, бігу, стрибків, лазіння та ін. Подібні навички відпрацьовуються у процесі проведення різноманітних прогулянок, екскурсій, міні-походів і під час ігрової діяльності. Такий підхід до розвитку рухових якостей у козачат відповідає задоволенню дитячих потреб, викликає у них зацікавленість. Під час мандрівок за межі школи козачата долають різноманітні смуги перешкод, виконують гімнастичні вправи з використанням природних матеріалів, із задоволенням беруть участь у рухливих іграх.

Проаналізувавши та узагальнивши вище зазначене, можна констатувати, що приймаючи участь у туристських походах, молодші школярі покращують стан свого здоров'я, підвищують фізичну підготовленість, розширюють свій кругозір. Участь в оздоровчих і туристсько-екологічних походах є ефективною компенсацією браку рухової активності сучасних учнів, що сприяє гарному самопочуттю, стійкості до стресів і підвищенню працездатності дітей.

Використання великої кількості різних форм організації занять фізичними вправами в системі шкільного фізичного виховання дозволяє більш ефективно задовольняти потреби учнів у руховій активності та вирішувати завдання фізичного виховання школярів на різних етапах їх вікового розвитку.

Висновки. Сьогодні в Україні по-справжньому шанують, цінують, використовують культурну спадщину видатних педагогів. Ми переконані у тому, що їхні передові ідеї та творчі нароби необхідно вивчати і впроваджувати в сучасну систему морального, розумового, екологічного і фізичного виховання учнів початкової школи. Ми визначаємо позитивним, що педагогічна преса минулого розглядала фізичне виховання як умову розвитку здорової людини, майбутнього патріота – громадянина своєї нації.

В педагогічній теорії і практиці питання фізичного виховання дітей та молоді розглянуто різнобічно. Водночас недостатньо висвітлені аспекти дослідження педагогічних умов та використання ефективних засобів фізичного виховання у позаурочній виховній роботі з учнями козацьких класів початкової школи. Представлений досвід роботи з учнями козацьких класів засвідчує взаємозв'язок минулого та сучасності.

Перспективи подальших досліджень. Формування культури дозвілля учнівської молоді має стати однією з найважливіших сфер діяльності загальноосвітніх навчальних закладів, починаючи з початкової школи. Тому, нами буде розроблена програма з туристсько-екологічної діяльності учнів козацьких класів початкової школи, яка буде адаптована до вікових особливостей дітей та сприятиме підвищенню рухової активності, фізичному розвитку та фізичної підготовленості.

Використані джерела

11. Апанасенко Г.Л. Об оценке состояния здоровья человека / Г.Л. Апанасенко // Врачебное дело. – 1988. – № 5. – С. 112 – 114.
12. Газа О.О. Перспективи туризму як засобу розвитку здоров'я та безпеки суспільства / О.О. Газа, А.О. Зміїв // Туризм: теорія і практика. – 2005. – № 1. – С. 4 – 8.
13. Кларин В.Н. Педагогическое наследие / В.Н. Кларин, А.Н. Джурицкий. – М.: Педагогика, 1988. – 416 с.
14. Константинов Ю.С. Педагогика школьного туризма / Ю.С. Константинов, В.М. Куликов. – М.: ЦДЮТ и КМОРФ, 2002. – 151 с.
15. Лесгафт П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста // П.Ф. Лесгафт. Избранные труды. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – С. 22 – 23.
16. Лях М. Загартування як невід'ємна складова формування здорового способу життя учнів козацьких класів / М. Лях, С. Хоменко // Теорія і методика хортингу: зб. наук. праць / [ред. рада: Бех І.Д. (голова) та ін.]. – К.: Поливода А.В., 2016. – Вип. 5. – С. 153 – 158.
17. Остапеч А.А. Могучее средство развития личности / А.А. Остапеч – М.: Агенство ДОК, 1994. – 98 с.
18. Сухомлинський В.О. Піклування про здоров'я молодого покоління, фізичне виховання / В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: У 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1976. – Т. 1. – С. 192 – 195.
19. Сухомлинський В.О. Фізична культура / В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: У 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1977. – Т. 3. – С. 356 – 359.
20. Сухомлинський В.О. Фізичне виховання і проблема вільного часу та відпочинку / В.О. Сухомлинський // Вибр. тв.: У 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1976. – Т. 4. – С. 142.
21. Ушинський К.Д. Твори / К.Д. Ушинський. – К., 1952. – С. 38
22. Ушинський К.Д. Твори / К.Д. Ушинський. – Т. 6. – К., 1955. – С. 245.
23. Фізичне виховання учнів початкових класів у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів: навч.-метод. посіб. / В.В. Івашковський, О.І. Остапенко, М.В. Тимчик; [за ред. М.Д. Зубалія]. – Кировоград: Імекс-ЛТД, 2014 – 172 с.

Loza T., Lyakh M.

**THE OUTSTANDING PEDAGOGUES VIEWS OF THE PAST
ON CHILDREN PHYSICAL EDUCATION AND ITS CORRELATION TO PRESENT DAYS**

The article highlights the views of outstanding teachers of the past on the physical education of children. The important actual scientific works and thoughts of outstanding teachers are showed. Particular aspects of youth health strengthening are considered. The focus is on the need to implement pedagogical achievements in students physical education and strengthening their health. The role of physical training in the comprehensive development of children is stressed. The issues of using effective means of physical education in extra-curricular educational work with of Cossack classes students of elementary school are presented.

Among effective means of physical education, the authors paid attention to tourist-ecological activities. It is proved such activity to be a powerful mean of children recovery and total hardening. The overcoming of natural obstacles facilitates the development of physical strength. Long and active spending time on a fresh air guarantees better health conditions. Environmental researches require from students significant physical and intellectual work. Any environmental protection activities contribute to improving mental and physical ability to work.

The article presents the work experience with the Cossack classes students using the achievements of the teachers of the past. The analysis of scientific and methodical literature is carried out. The experience of productive work on the physical education of the Cossack classes students of the communal institution Sumy Specialized School of I-III degrees № 25 in Sumy in the after-school time is summarized.

The relationship between the achievements of the outstanding pedagogues of the past and the present on issues of physical education of children is revealed. The necessity of using their pedagogical achievements in strengthening students health is proved.

The article indicates the need for revision and rethinking of the pedagogical press of the past on physical education as a condition for the development of a healthy person, the future patriot – a citizen of his nation. The attention is focused on the expediency of using the views of the outstanding teachers of the past in teaching and hardening of modern students.

It is noted that today in the pedagogical theory and practice the issue of physical education of children and youth is considered in various ways. At the same time, insufficiently highlighted the use of effective means of physical education for Cossack classes students in elementary school in extra-curricular time. Practical experience of working with such students is described, which testifies to the necessity of using the views of the outstanding teachers of the past in the process of physical education of the Cossacks of the junior school age.

Key words: *outstanding teachers, physical education, Cossack classes, extra hours.*

Стаття надійшла до редакції 29.08.2017