

## ОСОБЛИВОСТІ ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ВИХОВАННЯ ІНТЕРЕСУ В УЧНІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

**Б.Ф. Ведмеденко**

*Інститут проблем виховання АПН України  
м. Київ*

**Актуальність.** На сьогодні досить широко розповсюджені погляди вчених і практиків на те, що виховання засобами фізичної культури і спорту — це мистецтво, яке потребує від вчителя фізичної культури, тренера, класного керівника особливої обдарованості, особливих здібностей, а можливо й таланту, геніальності. Чи можна з цією думкою погодитись? Беззаперечно, можна. Та лише тільки там і тоді, де мова йде саме про виховання, його види і технології як творчої діяльності окремого вчителя фізичної культури, тренера, коли оцінюються його професійні якості. В процесі такої діяльності вчитель, тренер повинен бути майстром зі своїм особистим і неповторним мистецтвом, здійснювати процес виховання засобами фізичної культури і спорту, де можливі різні «цікавинки» в інтересах учнів і, як правило, необхідні варіації у викладанні програмного навчального матеріалу з фізичної культури.

Саме в цій частині педагогіка виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою є мистецтво. Та все ж таке мистецтво потребує опори на теорію. Однак в теорії виховання інтересу є досить складових елементів, які необхідно знати професіоналам, що беруться до виховання учнів засобами фізичної культури і спорту. Інколи теоретичні твердження про педагогіку виховання як мистецтво (К.Д. Ушинський, Д. Пойа, Г.С. Сковорода, В.О. Сухомлинський) сприяють тому, що теорія виховання набирає в основному емпіричний, описовий характер зображення свого змісту. Саме емпіричне спрямування теорії виховання в першу чергу розглядало і узагальнювало педагогічний досвід, практику виховного процесу, його результати і значно менше уваги надавало об'єктивним закономірностям виховання позитивного поведінкового вчинку. Процес виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою постійно пов'язаний із складною діяльністю обдумування і вправління, а це вже вчинок, тому все закономірне і випадкове, зрозуміле і не зрозуміле у виховному плані пізнання в значній мірі вимагає розгляду з позицій педагогіки і психології. Мислення і свідомість в цей час спрямовуються і обумовлюються громадськими, соціальними стосунками в мікро- і макрооточенні серед спортсменів, друзів, учнів. Основою такого вчення є вроджені потреби спортсмена як

особистості в спілкуванні, в пізнанні, в тренуваннях, виступах на змаганнях, в діях і самовиразі, в повсякденному житті.

Особистісно орієнтоване виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою вимагає від нас знання такого поняття як антиципація. У нейрофізіології і психології антиципація визначає здібність організму діяти з передбаченням майбутніх результатів. Антиципація міцно зв'язана з установкою і спрямованістю мислення через інформаційні і пізнавальні процеси. Антиципаторська діяльність має зв'язок із сигнальними впливами (зовнішніми і внутрішніми), що міцно входять у контакт з творчим розвитком і творчою роботою спортсмена, його обдарованістю і талантом, які активізуються завдяки позитивним мотивам, інтересам, установкою щодо фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності.

У навчально-виховному процесі інтерес утворюють три основні антиципаторні функції свідомості: опису, гіпотетична і настановча, які здійснюють взаємовплив. Під час опанування знаннями про фізичні вправи, виконання самих фізичних вправ, рухливих і спортивних ігор, виховується інтерес до них і творче мислення, які реалізуються на основі очікуваного передбачення, вони співдіють з мотивами (поведінки, навчання), установкою і антиципацією. Інтереси учнів проявляються до пізнання технології виконання фізичних вправ у режимі навчання, дня, тижня як елемента вчинкової поведінки. Психологія розглядає інтереси як спрямованість мислення на ті знання, уміння, навички з фізичної культури, які учень-спортсмен рахує найбільш значущими для його сприйняття і виконання.

На основі інтересу створюється вищенаведена переважна розумова і вчинкова діяльність. Інтереси в навчально-виховному процесі можуть бути стійкими, постійними, короткочасними і нестійкими. Розрізняють також інтереси слабкі і сильні, що всеціло захоплюють учня фізичними вправами. Сила інтересу в навчальному, виховному процесі є те, що на його основі проходить мобілізація уваги, устремлень, чуттєвого і розумового сприйняття, спрямування занять улюбленими фізичними вправами, видами спорту.

Коли в учня виникає інтерес до виконання тієї чи іншої фізичної вправи, занять улюбленим видом спорту, тоді думки більш концентруються

на його пізнанні і засвоєнні. Саме тоді прояв позитивного вчинку проходить більш усвідомлено і активно. Ніщо так не допомагає усвідомити цілі і завдання з виховання в учнів любові до занять фізичною культурою, як створення атмосфери всебічного інтересу до предмета опанування позитивним вчинком, його змістом, формою прояву, місцем застосування в повсякденному житті, його значущості для особистості, мікро- і макроточення (В.П. Барчук ЗНЗ № 33 м. Чернівці, В.С. Вдович ЗНЗ № 1 смт Рудно Львівської області, В. Шмирко — НВК № 9 м. Кам'янець-Подільський, М.В. Шпиг — ЗНЗ № 11 м. Київ).

**Об'єкт дослідження:** структура технології виховання інтересу.

**Предмет дослідження:** форми і методи виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою.

**Основні завдання:** виявити особистісно орієнтовані умови прояву поведінки учнів через інтерес до щоденних занять фізичною культурою; визначити ефективність застосування різних педагогічних схем, методів і прийомів виховання інтересу до занять фізичною культурою на уроках, в позаурочній роботі та за місцем проживання; розробити теоретико-методологічні засади виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою.

**Методи дослідження:** бесіди, спостереження, аналіз документації, звітності вчителів, щоденників самоконтролю, опитування, анкетування, тестування, експертна оцінка, прогностичні методи, методи математичної статистики.

Процес виховання вічний, неперервний, глибокий, різнобічний, стверджують вчителі: В.П. Барчук — ЗНЗ № 33, В.О. Марчук — ЗНЗ № 30 м. Чернівці, Ю.Я. Дробишев — ЗНЗ № 18 м. Черкаси; В.С. Вдович ЗНЗ № 1 смт Рудно Львівської обл., Ю.М. Ушаков — Білогородська ЗНЗ Київської обл., В.І. Карпенко — ЗНЗ № 30 м. Первомайськ Луганської області. Здійснюючи його в середній школі завжди необхідно розглядати питання: що може зробити учень, а тим паче спортсмен, в тій чи іншій ситуації, яка частка такого чекання буде позитивною, у якому зв'язку вона знаходиться з його здібностями, одбарованістю, талантом, характером й іншими психологічними якостями?

Будь-яке передбачення, оцінка стану вихованості інтересу в учнів до занять фізичною культурою, аналіз питань засвоєння і розуміння елементів реалізації інтересу через фізкультурно-спортивну поведінкову діяльність пов'язана з тим чи іншим проявом своїх якостей, особистого психологічного стану в момент їх реалізації. Психолого-педагогічний підхід дозволяє типізувати умови і факти, оцінювати їх, знаходити пояснення явищам, які спонукають реалізацію інтересу і спрямовують виховну діяльність і поведінку

учня, як спортсмена, в бік оптимальної реалізації своїх здібностей, одбарованості і таланту в мікро- і макроточення, на що спираються у своїй роботі кращі вчителі-методисти: В.У. Дерев'яга Тарасівська ЗНЗ Вінницької обл.; Д.К. Зінчук — ЗНЗ № 31 м. Київ, З.І. Заблоцький — Міжнецька ЗНЗ Львівська обл.

Важливим для виховання інтересу є використання педагогічної технології у вирішенні наступних завдань: психолого-педагогічного обґрунтування процесів набуття цікавих знань, інтересних прийомів виконання фізичних вправ, навичок і звичок; обґрунтування особливостей вікового психологічного розвитку учнів; визначення шляхів аналізу здібностей, одбарованості, інтересів учнів-спортсменів і прояву інших психологічних якостей в процесі реалізації поведінкових вчинків (характеру, волі, рухових та душевних якостей, уваги, пам'яті, темпераменту тощо); обґрунтування психолого-педагогічної технології, зміни і вдосконалення психічних якостей учнів-спортсменів під час опанування прийомами і методами здійснення поведінкових вчинків у процесі виконання фізичних вправ, їх комбінацій, рухливих і спортивних ігор у повсякденному житті; організації і управління процесами мисленнєвої діяльності і вправлення фізичними вправами учнів-спортсменів під час виховання інтересу; визначення об'єктивних шляхів оцінки психологічної готовності і морального стану учнів, мотивування дій з реалізації своїх можливостей на заняттях фізичною культурою в режимі навчання, дня, тижня, навчального семестру; психолого-педагогічне обґрунтування творчої діяльності учнів-спортсменів, її спрямованості і розвитку (В.О. Марчук, В.О. Мужичок, М.В. Левківський).

Однак значний педагогічний інтерес для психологічного обґрунтування процесу залучення учнівської молоді до занять фізичною культурою є кордоном у переході від закономірностей фізіології вищої нервової діяльності і психології виховання. Виходячи із рефлекторної теорії, набуття і засвоєння знань з проблем поведінки спортсмена в мікро- і макросередовищі розглядаються як прояв складної асоціативної діяльності школярів у вигляді наступного опанування більш складними фізичними вправами, видами спорту. Динаміка систем асоціацій характеризує мисленнєву діяльність учнів-спортсменів як процес постійного спрямування до розширення знань з фізичної культури і спорту, до заміни неповних знань більш повними і глибокими, як природний наслідок розвитку мислення під час реалізації особисто притаманної поведінкової діяльності — вчинку.

Інтерес до виконання фізичних вправ необхідно розглядати як процес передачі вихованцю певних знань про умови реалізації фізичних

вправ у режимі дня, тижня, безпосередніх умінь, навичок, як процес стимуляції і керівництва зовнішньою і внутрішньою активністю, в результаті якої у нього виховуються уміння вірної поведінки, стійкі навички і звички, що підкріплюються міцними знаннями, які постійно враховують вчителі-методисти І.І. Дорошенко — Патютинська ЗНЗ Чернігівської обл.; М.В. Мокрий — Чапаєвська ЗНЗ Черкаської обл.; В.І. Шишанов — ЗНЗ № 49 м. Львів; М.Б. Шпиг — ЗНЗ № 11 м. Київ.

Психолого-педагогічна технологія виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою розглядає сприйняття як процес відображення у свідомості знань про фізичні вправи, порядок їх виконання, явищ і всього того, що виникає під час впливу сигнальних систем і перш за все першої сигнальної системи. Однак, сприйняття послідовності виконання фізичних вправ, рухових і спортивних ігор, має постійний зв'язок з усвідомленням і розумінням суті такого дійства. Досить суттєвим для процесу виховання є і ті обставини, що у склад сприйняття входить мовленнєва діяльність, яка й визначає зміст інтересу до сприйняття фізичних вправ, їх комбінацій, рухових і спортивних ігор. Сприйняття є не просто ряд відчуттів, а цілісний образ фізичної вправи як модель тієї чи іншої сукупності ознак фізичних вправ — об'єкту сприйняття. Створена в процесі сприйняття фізичних вправ модель формується і деталізується під час пізнання, коректується і перевіряється практикою (Олена Огравенко — вчитель-методист фізичної культури ЗНЗ № 14 м. Луганськ, Сергій Толок — вчитель-методист фізичної культури ЗНЗ № 58 м. Севастополь).

Інтерес до сприйняття залежить від емоційного стану спортсмена, від перших вражень і уявлень. Сприйняття можна розподілити на природні і штучні. Природні сприйняття виникають без завчасно поставленої мети. Штучні здійснюються за певним напрямком у відповідності із завчасно поставленою метою. У виховному процесі систематичне застосування до цілеспрямованого природного сприйняття цікавих поведінкових елементів, виконання фізичних вправ у режимі навчання, дня, тижня, здорового способу життя є прямим переходом до практичної реалізації особисто орієнтованого інтересу. Виховання особисто орієнтованого інтересу і уваги учня розвиває здібність виділяти в кожній фізичній вправі, рухливій та спортивній грі те, що є найбільш суттєвим інтересом для пізнання. Під час безпосереднього сприйняття фізичної вправи, рухливої чи спортивної гри, їх образ, уява створюються під переважним впливом органів відчуття. З метою виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою — аналіз фізичних вправ, ігор, видів спорту в часі і в русі немож-

ливий без їх відповідної «пізнавальної» зміни (М.Д. Зубалій, Г.І. Шукіна, Б.М. Шиян).

Переважаюча суб'єктивності сприйняття фізичних вправ, рухливих і спортивних ігор, спортивних змагань, спортивного шоу, активного рухового відпочинку, як дійсно сформованого здорового способу життя сприйняття простору, часу і рухової активності у різних спортсменів може суттєво відрізнятися один від одного своїми реальними можливостями, часом і практичним досвідом рухової активності. Сприйняття простору, під час виконання фізичних вправ, сприйняття часу; набуття досвіду рухової активності тісно пов'язане з організацією ритмічної діяльності із виконанням фізичних вправ, ігор, видів спорту як складової частини здорового способу життя (М.Д. Зубалій, С.А. Закопайло, М.С. Солопчук).

Викликає інтерес ритмічна організація у виховному процесі, захоплює ритм викладання, слухання, вивчення, розуміння, запам'ятовування, спостереження та інших дій спортсменів і вчителів фізичної культури, тренерів, шкільних психологів. Активне розуміння є умовою ширини і глибини засвоєння правил виконання поведінкових вчинків [2, 3, 4, 6].

Мовленнєвий вираз розуміння про фізичну вправу, спорт, здоровий спосіб життя характеризує заключний етап кожного окремого акту мисленнєвої діяльності для учнів. Якість уяв залежить від ступеня запам'ятовування стосунків і взаємозв'язків суттєвих сторін фізичних вправ, ігор, видів спорту, що є складовими виховання інтересу (Б.Ф. Ведмеденко, М.Д. Зубалій, Т.В. Палагнюк).

Значну роль в підтриманні інтересу до виконання фізичних вправ відіграє увага. Основу уваги складає орієнтувальний рефлекс до сприйняття і виконання фізичних вправ і його зв'язку з другою сигнальною системою. Активізація уваги спонукає до розподілу реального і уявного виконання фізичних вправ, виникають певні передбачення, здогадки. Якщо вчителю фізичної культури вдається залучити і зберегти постійну увагу до виконання фізичних вправ, інтерес до участі в проведенні рухливих і спортивних ігор, то сам цей факт означає, що він досяг вже половини успіху. Важливою якістю уваги є її стійкість під час вправління. Особливо вона необхідна для обдумування плану виконання фізичної вправи, успішної участі в рухливих і спортивних іграх. Цінними якостями організації виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою є усвідомлене, вольове переключення уваги, управління особистісно орієнтованою увагою.

Відсутність концентрації уваги створює нестійкість уваги, що характеризується значною розсіяністю думок, а з ними й не чітке вико-

нання фізичних вправ, різних ігор, правил їх виконання. Характерною умовою підсилення уваги під час виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою є створення прозорості і чіткості у викладі фізичних вправ, їх систематичності і логічної взаємозв'язаності. Увага стає стійкою за умови — коли кожна фізична вправа, опанування нею цікавить спортсменів, коли вправа чи гра не дає їм відволікатися від сутності успішного оволодіння нею (А.А. Тер-Ованесян, Б.Ф. Ведмеденко, Г.М. Арзютов, Т.В. Палагнюк).

Пам'ять утримує процес виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою. Саме формування і розвиток пам'яті у дітей фізіологія вищої нервової діяльності пояснює взаємозв'язком першої і другої сигнальної систем, поєднанням безпосереднього досвіду, вражень з узагальненими, відстороненими знаннями, включаючи логічне мислення і фантазію. Виховання інтересу передбачає те, що пам'ять, запам'ятовування і забування знаходяться в певному взаємозв'язку з минулим змістом поведінкових вчинків, враженнями, активною мисленнєвою діяльністю учнів під час реалізації особистісно орієнтованого інтересу. Як правило, все це закріплюється другою сигнальною системою, проходячи через мисленнєвий аналіз і синтез. Запам'ятовування технології виконання фізичної вправи і пам'ять є місцем зберігання подразників інших клітин кори головного мозку. Таке положення створює умови для виникнення більш складних нових тимчасових зв'язків. Відсутність таких поєднань подразнення розсіюється і не залишає слідів. Так стверджують учителі: І.О. Харін — ЗНЗ № 99 м. Київ, В.І. Манчул — ЗНЗ «Надія» м. Чернівці, М.Б. Шпиг — ЗНЗ № 11 м. Київ.

Повторення однієї і тієї ж фізичної вправи без її асоціативного розширення і поглиблення призводить лише до механічного запам'ятовування і потребує багаторазового повторення, що знижує активність процесу виховання інтересу. Таке запам'ятовування призводить до формального і неглибокого запам'ятовування як знань так і умінь, навичок виконувати фізичні вправи, ігри без нагадування. Пам'ять і запам'ятовування міцно пов'язані з аналізом і узагальненням поведінки спортсмена, логікою мислення, а також емоційною і вольовою сторонами виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою як елементом здорового способу життя (І.Д. Бех, Н.М. Бібік, Г.С. Костюк, Г.І. Щукіна).

В процесі побудови технології виховання інтересу учнів до занять фізичною культурою часто маємо справу з різними проявами пам'яті, а саме: рівнями прояву пам'яті, головним чином пізнавальної і відтворюючої в опануванні фізичними вправами. Саме види пам'яті забезпечують стійкість вихованого інтересу і його надійність.

До них відносяться: довготривала, короткотривала, оперативна, довільна пам'ять. Значну роль у процесі виховання інтересу відіграють види пам'яті за рецепторними ознаками: зорова, слухова, моторна, тактильна, смакова тощо. Пам'ять як засіб мислення в процесі опанування фізичними вправами характеризується проявом усвідомлення учнем-спортсменом життєвого рухового досвіду. Інформація є одним із елементів виховання інтересу і знаходиться в пам'яті як знання поелементної черговості виконання фізичних вправ, як явище їх впровадження в особистісно орієнтовану програму здорового способу життя і набувають нові якості ніж під час сприйняття та доповнюються абстрактно-логічним мисленням (С.А. Анан'їн, Л.М. Матвеев, Б.Ф. Ведмеденко).

Корегують процес виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою спостереження і спостережливості як методи діяльності вчителів-професіоналів. Вони, в значній мірі, спонукають підвищення якості виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою, який ставить вимогу до виявлення основного і суттєвого, знаходження характерних ознак і особливостей виконання вправ. Початком спостережливості в процесі занять фізичною культурою є відчуття улюбленості до тієї чи іншої вправи, бажання бачити в ній щось нове, цікаве, невідоме. Однак не всі учні так ставляться до опанування фізичною вправою, на що вказують навіть проведені уроки на республіканському конкурсі «Кращий вчитель року» м. Київ, 2003 рік.

Розвиток спостережливості пов'язаний з певним рівнем допитливості учня про призначення фізичних вправ, їх вплив на організм, на ритм самостійних занять, тренувань з улюбленого виду спорту, на здоровий спосіб життя, це бажання до розширення знань, до більш глибокого розуміння явищ дійсності. Умовою розвитку таких якостей спортсмена є системність спостережливості (у нашому дослідженні це ведення спортивного щоденника самоконтролю) і наукової допитливості, яка характеризується обґрунтованим відбором інформації, накопиченням і відображенням у певному вигляді, сприйманні, уяви і судження про якість виконання фізичної вправи, ігрового амплуа під час рухливих і спортивних ігор. Саме такий підхід дозволяє цікаво розвивати спостережливості та інші якості мисленнєвої діяльності і оптимально використати в процесі опанування фізичною культурою, видом спорту у відповідності із завданням, що допомагає розкрити педагогічну технологію виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою (Я.С. Литвин — ЗНЗ № 50 м. Львів, А.Ф. Бойко — ЗНЗ № 21 м. Черкаси, В.П. Барчук — ЗНЗ № 33 м. Чернівці).

Спостереження може бути особисте і порівняльне (колективне). Особисте передбачає

діяльність одного учня без врахування того, як явище, за яким ведеться спостереження сприймається в мікро- і макрооточенні. При порівняльному спостереженні показники (тестові результати) всіх учнів порівнюються між собою, уточнюються і звіряються. Порівняльне спостереження забезпечує об'єктивність дослідження і більшу повноту оцінки фізичної вправи, яка вивчається. Особисте спостереження спортсмена суб'єктивне. Під час його проведення він може не брати до уваги те, що не стосується оцінювання, може більш яскравіше виділяти ті ознаки, що суб'єктивно нас цікавлять і навіть іноді заставляють «бачити» те, чого в дійсності не відбувається, тобто приймати бажане за дійсне. Про такі явища засвідчують записи щоденників самоконтролю спортсменів.

Характерною дією у спостереженні є також контроль самого спортсмена за якістю виконання фізичних вправ, їх ритмом, амплітудою і звертанням до своєї пам'яті рухових умінь, навичок, звичок. Завдяки цьому в процесі спостереження і сприйняття вносяться раніше здійснені вправи, близькі до виконання завдань вчителя фізичної культури, тренера, особисті наміри щодо самостійних занять, тренувань, виступів на спортивних змаганнях і саме тому, що початковою фазою спостереження є «упізнавання» ознак завдань, шляхом їх мисленнєвого порівняння з подібною дією. Тому особисте спостереження потребує більш ретельної перевірки із застосуванням приборів та інших об'єктивних засобів оцінки, а також застосування порівняльного спостереження. Саме індивідуальне спостереження є джерелом появи наукової думки щодо впливу фізичної культури на організм, на збереження здоров'я, на виховання інтересу до занять фізичними вправами в режимі навчання, дня, тижня, семестру. Іноді спостереження під час занять фізичною культурою набуває опосередкованого характеру, що пов'язано не тільки з аналізом явища, а й з передбаченням змін, що виникатимуть, формуванням програми управління і проведенням певних актів управлінської діяльності (Н.М. Бібік, І.Д. Бех, Б.Ф. Ведмеденко, М.Б. Євтух).

Активізує виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою — розвиток у них здібностей до самостійного обдумування виконання вправ, їх комбінацій, рухливих і спортивних ігор, режиму навчання, дня тощо. Без високого розвитку цієї якості і виховання інтересу, далеко не у повній мірі, ми можемо вирішити завдання організації та реалізації здорового способу життя школярів. Суттєву роль у вирішенні цього завдання відіграють і вид поведінкової ситуації, новизна, цінність і корисність від виконання фізичної вправи, пошуки нових шляхів вирішення. Судження є основою переконаності у вірності чи помилковості прийнятого рішення чи виконаної

вправи. Судження пов'язане з висновками на логічній основі і на основі аналогії. Саме сукупність висновків визначає зміст розуміння вправи, процесу самостійного вправління, тренування як явища. В процесі виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою як реалізації поведінкового вчинку мають розвиватися два види суджень: емоційне, яке ґрунтується на почуттях, і судження, яке ґрунтується на логіці розумової діяльності (О.Я. Савченко, М.Б. Євтух, С.М. Максименко, Б.Ф. Ведмеденко).

Значним стимулом у вихованні інтересу в учнів до занять фізичною культурою, як засвідчує наше дослідження, може бути уява і творча діяльність спортсмена на основі уяви. Педагогічна технологія розглядає уяву як психічний процес створення спортсменом таких зразків і уявлень про виконання фізичних вправ, їх комбінацій, рухливих і спортивних ігор, виступи на спортивних змаганнях, участь в туристських походах тощо, яких ще не було в його минулому досвіді. Базою процесу уявлення є уява пам'яті, результатом переробки якої створюються нові уявлення. Перші уявлення в процесі виховання носять аналітико-синтетичний характер, в яких уявлення поєднуються з новими сприйняттями і оцінюються усвідомленням. Саме в цьому акті аналізуються по частинам, доповнюються елементами сприйняття реальних дій учня в певній ситуації, потім — виділяються елементи і частини, які вказують на домінуючий інтерес, після чого такі вдосконалені уяви додаються і об'єднуються в нових варіантах поведінкових вчинків [2, 4, 6].

Творча уява є основою виховного процесу засобами фізичної культури, яка реалізується у творчому самопрояві, тобто у створенні нових умов виконання фізичних вправ, покращенні техніки опанування комбінаціями вправ, застосуванні їх у повсякденному житті, під час участі в спортивних змаганнях тощо. Характерним для творчої уяви спортсмена і високоякісних тренувань є їх взаємозв'язок з такими якостями як: спостережливість, глибокі і різнобічні знання про фізичну культуру, улюблені види спорту, які збагачують необхідним досвідом занять фізичною культурою, тренувань з обраного виду спорту і значною цілеспрямованою мисленнєвою діяльністю. Як творча уява, так і творча діяльність спортсмена вимагає відповідної мотивації і достатнього обґрунтування. Саме без цього елемента уява стає нереальною, а її здійснення безпідставним (К.Є. Курилек — старший учитель НВК № 139 м. Дніпропетровська).

Вчителі фізичного виховання, тренери рахують, що творча уява і творча діяльність учня-спортсмена мають зв'язок з їх індивідуальними нахилами, обдарованістю до занять різними видами спорту, талантом до спортивних перемог

на змаганнях. Характерною ознакою схильності спортсмена до завоювання успіхів у обраному виді спорту є постійне виділення улюбленого виду спорту із ряду інших і значний прояв уваги до нього. В такому випадку схильність, здібності і обдарованість частіше за все являють собою єдине поняття, та зустрічаються спортсмени, що мають різнобічне обдарування до видів спорту (футбол, легка атлетика, настільний теніс, боротьба тощо) і різнобічні здібності, але залишаються закоханими в один із видів фізкультурної діяльності, займають одним видом спорту.

Здібних і обдарованих спортсменів відрізняє широкий інтерес до пізнання всіх складностей виконання фізичних вправ, занять технічно складними видами спорту, їм притаманна швидкість і висока якість оволодіння технічними прийомами, методами їх застосування, висока працездатність на тренуванні, висока зібраність на змаганнях, висока ступінь сприйняття, спостережливість, пам'ять і увага, вони стають віртуозами для глядачів. Якщо спортивні здібності, нахили, обдарованість, талант учня мають певні ознаки, що визначені вчителем фізичної культури, тренером навіть на початковому етапі, то розвиток їх краще за все буде проходити в дитячо-юнацькій спортивній школі, яка формує, перевіряє і розвиває ці здібності (К.К. Жукотинський, Б.Ф. Ведмеденко, Г.С. Корда).

Основними показниками прояву здібностей до занять фізичною культурою і спортом є незмінність інтересу до їх пізнання і до розширення та поглиблення цього пізнання, а також висока результативність спортивних показників, яка характеризується самостійністю вирішення певних проблем, тобто здійсненням вірних вчинків на змаганнях. Достовірними ознаками здібних, обдарованих спортсменів є глибина їх знань про улюблений вид спорту, уміння спрямовувати увагу і волю на мобілізацію своїх зусиль на досягнення поставленої мети. Схильність до опанування видом спорту проявляється через обдарованість, у 75 % спортсменів, через відчуття нового, пошуки і обґрунтування більш раціональних та простих шляхів вирішення поставлених завдань у 25 %. Однак, серед понять, які, у певній мірі, гальмують процес творчої активності спортсмена ми виділяємо такі: неуважність, нестійкість, відсутність зацікавленості, працелюбності на тренуваннях, функціональна, розумова і м'язева обмеженість в рухах, психологічна інерція. Педагогічна інерція і функціональна рухова обмеженість підсилюються, коли виховання носить формальний характер з проявом педантичності вчителя, тренера під час уроку, тренувань, виступів на спортивних змаганнях (Г.М. Арзютов, Б.Ф. Ведмеденко, М.Д. Зубалій, Л.В. Волков).

Виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою, як і будь-яка фізична і розумова

діяльність, вимагає оптимальної взаємодії двох основних процесів — збудження і гальмування, які відповідно характеризуються напругою і послабленням розумової і фізичної діяльності. Саме чергування процесів внутрішнього гальмування і збудження регулюють як розумову роботу так і поведінкову діяльність спортсмена. Відсутність стимулів, інтересу до вивчення фізичних вправ при монотонному повідомленні інформації про них і роботі за шаблоном, можна спостерігати виникнення таких зон гальмування, які все більше і більше розповсюджуються на всі області мозку, в тому числі і на ті, які повинні бути збудженими. Як правило, настає час скуки, відсутність інтересу і небажання розуміти вимоги вчителя, тренера та інформацію, яка надходить від них у 45 %. Тільки постійна взаємодія збудження і внутрішнього гальмування при безперервній зміні їх впливу на різні центри головного мозку створює оптимальні умови високої працездатності на уроці фізичної культури, під час самостійних занять, тренувань. Така концентрація і взаємодія збудження і гальмування дозволяє вірно і цілеспрямовано реагувати на позитивні подразники, гальмувати небажані негативні подразники (В.О. Мужичок, Г.М. Арзютов, Б.Ф. Ведмеденко).

Деякі вчителі фізичної культури, тренери рахують, що необхідно чергувати проведення цікавих і нецікавих уроків, тренувань, виховних заходів, тим самим вони стверджують, що фізичні вправи, їх комбінації, рухливі та спортивні ігри розподіляються на цікаві і менш цікаві. Це зовсім не так. Будь-яка фізична вправа, знання про неї, виконання її повинно бути цікавим. Все це не означає, що кожна вправа повинна легко засвоюватися. Інтерес до предмета «фізична культура», до набуття знань ніяк не виключає необхідності наполегливої праці, прояву сили-волі для подолання труднощів техніки оволодіння вправою, іноді досить значних. Виховання інтересу, як і будь-яка діяльність, під час її організації, вимагає долання певного «порога інерції», що характеризується переходом від однієї виховної діяльності до іншої, перебудовою мислення тощо. Енергія, що витрачається спортсменом на «входження» в навчальний чи тренувальний процес і на вивчення тієї чи іншої фізичної вправи, комбінації вправ протягом визначеного часу, фактично є енергія долання перешкод, які проявляються у внутрішніх і зовнішніх впливах на процес діяльності. Витрати цієї енергії і обов'язкове подолання перешкод — необхідна риса як навчального так і виховного процесів. Тільки в одному випадку перешкода долається з інтересом і, відповідно, ефективно, а в другому — з індиферентністю, пасивно, з додатковою непотрібною, невиправданою витратою нервової енергії. Частіше за все таке положення спостері-

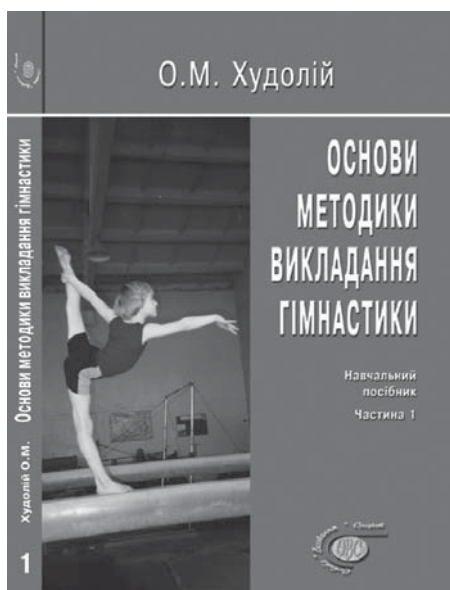
гається на заняттях, де вивчаються відомі фізичні вправи, без спрямованої організації пізнання, без оптимального врахування інтересів, прояву вольових зусиль і необхідних емоцій [2, 3, 4, 6].

Ось чому під впливом цілеспрямованого виховання інтересу в учнів до занять фізичною культурою, своя особистісно орієнтована діяльність реалізується у позитивних вчинках, за рахунок розширення їх діапазону дії з одночасним поглибленням пошуків в оволодінні суб'єктивно значущими вміннями створювати оптимальні умови співжиття в мікро- і макрооточенні учнів, спортсменів, друзів.

#### Література

1. Бех І.Д. Інваріанти особистісного орієнтованого підходу до виховання дитини // Початкова школа. — 2001. — №2.
2. Бех І.Д. Формування пізнавальних інтересів молодших школярів. — Кн.1. Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: Наук.видання. — К.: Либідь, 2003. — 280 с.
3. Бібік Н.М. Формування пізнавальних інтересів молодших школярів — К., 1998.
4. Ведмеденко Б.Ф. Виховання інтересу: теорія, експеримент, методика занять /Монографія. — Чернівці, 2002. — 468 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. — М.:ФиС, 1976. — 302 с.
6. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. — М.: ФиС, 1978. — 203 с.

#### Нова книжка



- Худолій О.М.  
Х98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. В 2-х частинах. — 3-є вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2004. — Ч. 1. — 414 с.  
ISBN 966-7858-35-9

У першій частині посібника розглянуті загальні питання теорії гімнастики, а також засоби і методика розвитку рухових здібностей та навчання гімнастичним вправам.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

#### Рекомендовано

*Міністерством освіти і науки як навчальний посібник  
для студентів вищих навчальних закладів  
(лист № 14/18.2-1928 від 17.11.2003 р)*