

## НОВА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА АБО ШКОЛА РОЗУМНОГО РУХУ

### **Аксьонова О.**

Запорізька обласна академія післядипломної педагогічної освіти,  
завідувач науково-дослідної лабораторії з проблеми «Формування  
свідомого ставлення дітей і підлітків до власного здоров'я»,  
кандидат педагогічних наук, майстер спорту СРСР

*Приклад із життя.* Якось я прийшла до дитячого садочка за своїм онуком Микиткою. Спитала у виховательки про те, як його справи. Відповідь Любов Михайлівни мене здивувала: «В нас проблеми з фізкультурою». Якщо б вона сказала, що в нас проблеми з мовою, математикою або зав'язуванням шнурків, я б не так здивувалася, як з приводу фізкультури. Тому що, спостерігаючи за Микитою, я впевнена, що розмаїття його рухового досвіду достатнє для повноцінного індивідуального психофізичного розвитку. А тут така відповідь — «проблеми».

Спостереження під час фізкультурних занять, які проводила інструктор з фізичного виховання, дозволили знайти причину появи «проблеми» в Микитки. Заняття мали форму суворого регламентованого тренінгу, натаскування на «правильну» техніку основного руху, репетиції щодо синхронності виконання дітьми певного комплексу вправ. При цьому майже усі види діяльності дітей супроводжувалися постійним рахуванням (лічбою), що інструктор здійснювала на високому, подразливому мозок тоні, на фоні звуків бубна, піаніно або аудіо записів. Особисто я втомилася вже після десятої хвилини цього тренінгу. А як же діти? Їхній мозок ще не диференціює витоки подразливих сигналів, які з часом накопичуються та відтворюються у зворотній сигнал у вигляді болі, обмеженого функціонування тощо. Саме тому Микитка відмовлявся тривалий час займатися на заняттях з фізичного виховання, бо мозок підказував йому — захищайся! І дитина залишалася з вихователькою Любов Михайлівною, доки інші діти покірливо дозволяли інструктору з фізичного виховання маніпулювати собою в спортивній залі...

Вже декілька десятиріч у світовому освітньому просторі мусується тема збереження здоров'я дитини. Розвивається проблема дидактики, визначаються здоров'явитратні факто-

ри навчально-виховного процесу, розробляються здоров'язбережувальні технології (які чомусь отримали статус педагогічних). Проводиться безліч конкурсів, виставок в цьому напрямку діяльності, захищено значну кількість дисертацій. І як підсумок — кількісно-якісні показники здоров'я дітей і підлітків не покращуються. Сьогодні стан здоров'я населення України від 0 до 18 років критичний, наслідком якого є, в тому числі, смертельні випадки на уроках з фізичної культури.

Дозвольте спитати

— У Міністра освіти і науки України пана Табачника: «Чи вирішить проблему покращення здоров'я дітей і учнів відміна нормативів з фізичної культури або винесення уроку фізичної культури за межі основного розкладу?»;

— У вчителів з фізичної культури, в кого вже сталася біда з їхніми вихованцями на уроках: «Чи змінили Ви стиль педагогічної діяльності? Чи переосмислили Ви педагогічну тактику, щоб діяльність на уроці зробити індивідуально значущою для кожної дитини?»;

— У науковців, які розробляють «нові» навчальні програми: «До яких пір будемо переписувати з року в рік однакові програмні вимоги, змінюючи лише цифрові показники в нормативах і тестах?»

Розумію, що питання риторичні, бо відповіді на них я не отримаю. Хоча особисто в мене є не лише відповіді, а й певні методичні рекомендації з приводу вирішення зазначених вище питань. Саме цією проблемою вже п'ятий рік займається кафедра фізичної культури і спорту Академії, третій рік здійснюється дослідно-експериментальна робота в межах міжкафедральної науково-дослідної лабораторії «Формування свідомого ставлення дітей і підлітків до власного здоров'я».

### **Преамбула**

Приведу декілька питань, які задають мені педагоги на курсах, семінарах, майстер-класах з теорії та методики фізичного виховання і одразу даю на них відповідь.

ПИТАННЯ: Як правильно шикувати дітей на початку заняття? Хто має стояти першим — дівчатка чи хлопчики?

Будь-яке шиккування — перешикування дітей оправдовує себе лише тоді, коли воно раціональне. Тобто за допомогою певних стройових вправ педагог наближає схему розташування дітей до конструкції, в якій вони будуть діяти під час виконання наступного завдання. Якщо актуальним стає індивідуально-диференційована робота з дітьми з різним рівнем здоров'я, тоді й шикувати слід дітей одразу за відповідними підгрупами. Чим менша кількість шиквань, тим раціональніше моделює заняття педагог.

ПИТАННЯ: Якщо кожна підгрупа учнів виконуватиме окреме завдання, «свою» вправу, тоді зникне синхронність. Хоча саме синхронність виконання рухів є відтворенням принципу естетизації. Уроки ж стають некрасивими! Як бути?

Принцип естетизації має відтворення не в синхронності виконання рухів, а в самій структурі вправ та видів діяльності, які запропоновані педагогом. Важко вважати естетичними з року в рік повторювальні однакові ходьбу по колу на носках-п'ятах, махи руками та нахили в русі під звуки бубну. Так саме естетичним має бути спортивна форма, фігура, мова й рухи дітей і педагога, інвентар, обладнання, кольори стін і покриття, музичний фон тощо. Слід з цього й починати.

ПИТАННЯ: Як діяти, якщо дитина, яка звільнена від бігу та стрибків з приводу певного захворювання, особисто бажає багато рухатися, дуже активна, розвинута рухоме?

Такі діти — група особливої педагогічної уваги. Не йдуть на поводу в них. Однак борони Боже садити їх на лаву, відстороняти їх від вправлення. Вони мають отримати від педагога найкраще, найцікавіше, найважливіше завдання. То має бути така ж важлива робота, як і та, яку виконують зараз його товариші. Наприклад: вивчити комплекс вправ несиметричної гімнастики, а наприкінці уроку навчити цим вправам усіх нас; придумати цікаві вправи зі скакалкою без стрибків і пересувань та виконати їх тощо.

ПИТАННЯ: Завуч примушує мене виставляти до класного журналу що уроку оцінки учням. Чи правомірні вимоги завуча?

Такі вимоги йдуть від некомпетентних осіб, які мають низький рівень особистої фізичної культури. Процес фізичної підготовки — особливий процес, у якому, крім дидактичних принципів, діють й фізіологічні закономірності. Тому, щоб привести організм дитини на достатній рівень підготовленості, необхідний тривалий час. Оцінка — це показник ефективності поетапного здійснення цього процесу. Виставляти оцінки дітям лише за те,

як вони слухалися педагога — означає нівелювати активне ставлення дитини до систематичного й постійного фізичного вдосконалення. «Буде оцінка, буду працювати. Не буде оцінки, не буду працювати». А чи зможемо ми, педагоги, бути поруч з дитиною завжди? Виставлення на кожному уроці оцінки асоціюється як «батіг і пряник». Однак в такому разі з'являється суб'єктивізм: «Добра дитинка, виставлю їй хорошу оцінку. А ця — неслухняна, на математиці ніяка, от і зараз на мене не дивилася, бігала не в той бік, стрибала не з тієї ноги...». Чи не є це «розвішуванням ярликів».

ПИТАННЯ: Завідувач ДНЗ під час контролю визначає ефективність заняття за кількістю основних рухів та ступеню їх опанування кожною дитиною. Як діяти мені? Адже в решті-решт я підкорюся вимогам: дітей треба лише тренувати на правильний рух! Зовсім ні про яку творчість і руховий інтелект в такому разі не йдеться.

Адміністративно-педагогічним працівникам зараз дуже важко. Вже декілька десятиріч з високих трибун йдеться про особистісно зорієнтовану педагогічну парадигму, а відповідний управлінський інструментарій не розроблено. Чим користується завідувач ДНЗ? Зразками застарілих схем авторитарного шаблону. За таким підходом саме «правильна» техніка «основних» рухів є еталоном ефективності заняття. І так буде до тих пір, доки не зміниться сама методика фізичного виховання. Якщо в традиційній методиці в пріоритеті є певний руховий зразок (єдиний і однаковий для кожного), то за особистісно зорієнтованими підходами має бути спрямованість на збагачення рухового досвіду дитини, необхідного і достатнього для повноцінного розвитку та якісної життєдіяльності. Читайте наших колег — Володимира Висоцького, Сергія Рутського, Бориса Буянова та ін.

Роздуми науковця, сидючи на гімнастичній лаві

Починаючи з 90-х років минулого століття на сторінках педагогічної преси з'явилося нове ім'я — Микола Єфименко. Він — автор оригінальної педагогічної технології «Театр фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку» [1]. Одразу освітяни поділилися на три табори: прибічники ідей автора; опоненти авторських розробок; група індиферентних осіб або таких, хто не знайомий з розробками і знайомитися не бажає. Починаючи з 2000 року М.Єфименко додає до назви технології термін «молодший шкільний вік», хоча при цьому сутність технології не змінюється. Як у кожній розробці, в педагогічній технології М.Єфименка є ряд раціональних ідей, які повинні були впровадитися в систему фізичного виховання з дня їх наукового обґрунтування. Однак, є й такі аспекти, про які час казати вголос, терміново попереджати педагогів про їх безпечність.

Під час майстер-класів, які Микола Миколайович проводив у межах тижневих семінарів-практикумів із педагогами навчальних закладів Запорізької області (грудень, 2009; грудень, 2010), ми отримали ґрунтовне підтвердження позитивних і негативних аспектів авторських розробок.

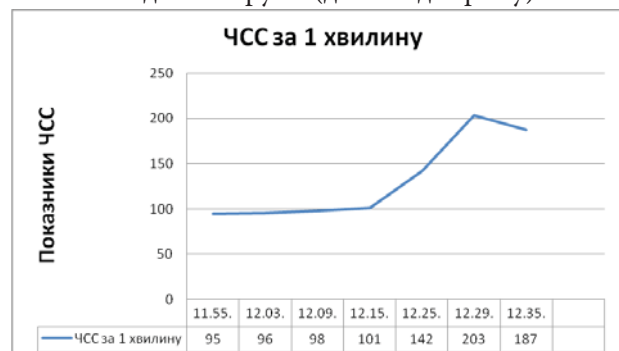
Свою авторську технологію Микола Єфименко назвав «тотальним ігровим методом», втілюючи в ці слова своє педагогічне кредо «грати щодня, грати постійно, грати завжди». Ґрунтується ця технологія на таких положеннях: «Йти за логікою природи (педагогіка повинна бути природною). Фізичне виховання дітей повинно здійснюватися по спіралі, нове поєднуючи з відомим. Педагогічний спідометр, або так звані загальнорозвивальні вправи підбирати згідно з «еволюційною гімнастикою». Поділ заняття на три частини за фізіологічною суттю. Руховий портрет дитини «малює» методика ігрового тестування. Створи тренажери сам! Театр фізичного виховання дітей (граючи — оздоровлювати, граючи — виховувати, граючи — розвивати, граючи — навчати). Позитивна, світла енергія радості і задоволення (фізичне виховання повинно заряджати дітей позитивними емоціями). Здоров'я здорових вимагає профілактики та корекції».

З першого погляду — все вірно! Однак запрошую читачів до більш глибоких роздумів. Уявіть себе на занятті з фізичного виховання дітей 6 років. Простора спортивна зала. Діти лягають на м'яке килимове покриття: починається «лежачий», «повзальний» рухові режими. Починається «казка»: Микола Миколайович емоційно яскраво розвиває сюжет. Він розповідає певну історію, події якої мають вираз у відповідних рухах дітей. Однак вони мають не лише слухати педагога, стежити за фаволою сюжету, а копіювати рухи за педагогом. Спочатку відбувається все із захопленням, про що свідчать дитячі широкі посмішки, позитивні емоційні реакції. Починається «сидячий», «стоячий» рухові режими. Микола Миколайович продовжує «казку». Зненацька він помічає, що «красивий малюнок» розташування дітей порушується, бо діти рухаються кожен у своєму темпі та амплітуді. Микола Миколайович прохає вчителя цих дітей допомогти «відновити ідеальний узор» розташування дитячих тіл. Підбір вправ, які демонструє М.Єфименко, дуже раціональний. Це — спадок оздоровчих методик гімнастики цигун, йоги. І сам педагог виконує ці вправи ідеально. Хоча діти й намагаються повторити вправи за Миколою Миколайовичем, однак в більшості з них не виходить. Одні не встигають за темпом, який запропоновано педагогом — казкарем, інші підтримують темп, однак втрачено якість виконання вправ, а отже і ефект від них нульовий. А в Миколи Миколайовича немає можливості здійснювати індивідуальні рекомендації дітям, бо він

зайнятий сюжетом: казка продовжується. І знову він звертається за допомогою до вчительки: саме вона має підходити до кожної дитини та підказувати їй правильну схему рухової дії.

Починається «лазальний», «ходьбовий», «біговий» режими. Як це правильно, що Микола Миколайович організовує діяльність дівчаток і хлопчиків диференційовано. В кожній підгрупі дітей — своя територія активності: гімнастичні лави, на яких саме й буде відбуватися «казкова» рухова подія. Дивимось: а зміст вправ і обсяг навантаження для дівчаток і хлопчиків не відрізняються зовсім! Схема пересувань дітей така, що сам Микола Миколайович знаходиться спиною відносно своєї підгрупи дітей, і тому не спостерігає за тим, що відбувається з ними. А там — руховий ступор: один із хлопчиків втомився, в нього не виходить виконувати так, як пропонує педагог (хлопчик має легку форму ДЦП). І він починає виконувати вправу повільно. А позаду — діти більш підготовлені, які його штовхають. Микола Миколайович пропонує вчительці, яка працює паралельно з дівчатками (повторює за Миколою Миколайовичем всі дії) взяти цього хлопчика в свою (жіночу) групу... Врешті-решт цей хлопчик прийняв рішення вийти «із казки». Він підійшов до своєї вчительки — класовода, яка забрала його до себе в клас. А «казкар» і не помітив, що один з її героїв вийшов із сюжету, бо на тому ж емоційно позитивному фоні починається «стрибковий» режим. До закінчення заняття залишається шість хвилин...

Отут логічно зазначити показники частоти серцевих скорочень (ЧСС), які ми вимірювали в процесі заняття. Показники ЧСС вимірювали у дівчинки Насті, яка за станом здоров'я віднесена до основної медичної групи (дивись діаграму).



Нагадую вимоги до фізичного навантаження дітей на занятті (уроці) з фізичної культури. Показник ЧСС після завершення заняття має бути таким, як на його початку або складати 110% від вихідного показника. В нашому випадку — це 108-109. Глобальними рекомендаціями ВООЗ щодо рухової активності для здоров'я визначено максимально допустимі показники фізичного навантаження для вікової категорії 5-17 років. Вони складають 170

ударів на хвилину [2]. В нашому випадку — 203. І це — на 34-й хвилині заняття. А часу на відновлення вже немає. Як і відсутній час на індивідуальні спостереження за дітьми. Бо сюжет триває, а «казкар» бігає, стрибає. «Діти мають наслідувати свого педагога»...

Дивимось на різні форми запропонованої М.Єфименком технології. Схема заняття і структура рухів — однакові. Змінюється лише сюжет, який має вигадувати і розказувати сам педагог, передбачаючи, що індивідуальну роботу з дітьми при цьому буде здійснювати його колега.

Слід щиро подякувати Миколі Миколайовичу за ґрунтовну концепцію відносно змісту структурних частин заняття (уроку). Зокрема, позиціонування вихідних положень, з яких діти мають виконувати вправи в підготовчій частині, а також відносно використання стрийових, стрибкових вправ, які чинять значне навантаження на дитячі стопи, а отже — організм в цілому. Саме на цю позицію всі освітяни мають спиратися, якщо в пріоритеті їхньої діяльності постає принцип здоров'язбереження.

Поряд із зазначеним слід категорично відмовитися від «тотального ігрового методу», який зокрема мною сприймається як «тоталітарний ігровий метод», бо НЕ гратися дитина вже не зможе, якщо й забажає.

Технологією слід вважати таку розробку, яка ефективно відтворюється в будь-яких умовах діяльності. Запропонована М.Єфименком розробка передбачає присутність на занятті двох педагогів, на що розраховувати частіше не можна, бо з яких коштів оплачувати додаткові години. Прив'язування дітей до сюжету, який цікавий не усім дітям, бо вигаданий дорослим, врешті-решт знижує зацікавленість саме процесом фізичного вдосконалення. Більшість дітей звикають до ігор, сюжетів, і вже в першому класі школи сприймають урок фізичної культури як забавку. А життя свідчить: робота зі своїм тілом за допомогою вправ — це серйозна справа, якій слід учити з самого початку життя людини (див. методику Глена Домана).

Як навчити дитину слухати своє тіло? Лише створюючи відповідні педагогічні ситуації на заняттях (уроках).

Автор багатьох праць з проблеми збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури професор Олександра Дубогай ґрунтовно розвиває ідею формування адаптивних рухових умінь дітей. Йдеться про формування знань, умінь і навичок дітей щодо застосування рухів у певних життєвих ситуаціях залежно від індивідуального стану, часткових і перспективних завдань. «Завдання: актуально наблизити навчання і фізичне вдосконалення кожної дитини до її сутності, здібностей та індивідуальних психофізичних особливостей», бо

«успішна людина ХХІ століття — це людина, яка не тільки безперервно навчається, але фізично вдосконалюється і самовдосконалюється» [3, с. 36].

Згідно з висновками теоретичних досліджень О.Дубогай, аспектами особистісно-орієнтованого фізичного виховання є виховні ситуації, які стимулюють діяльність дитини щодо самопізнання свого фізичного стану, рівня активності. За словами автора, необхідно культивувати ситуації, в яких ставлення дітей, педагогів (у тому числі й батьків) будуються на засадах задоволення права дитини бути особистістю, а також з урахуванням її фізичних можливостей [4].

Гуманістичний погляд на сутність освіти пов'язаний із побудовою навчально-виховного процесу в режимі співробітництва дітей та дорослих, категоричної відмови від будь-яких акцентів насильства, авторитаризму, монополії, нав'язування, примусу. Саме гуманістичні принципи привели багатьох дослідників до розробки концепцій, у тій чи іншій мірі спрямованих на удосконалення особистісних показників тих, хто вчиться (особистісно зорієнтована педагогічна парадигма; концепція компетентнісного підходу до дітей, учнів; розвиваюча педагогіка оздоровлення; людино відповідні педагогічні принципи тощо). У зазначеному контексті стала актуальною перш за все проблема наступності в ланках навчання дітей і учнів різного віку.

Розглядаючи проблему наступності в навчанні та вихованні дітей ДНЗ і початкової школи, автори Н.Третьякова, О.Скоролупова акцентують, що в означеному напрямку педагогічної діяльності важлива не суто наступність в знаннях, уміннях і навичках, кількість яких збільшується, а якість ускладнюється в програмових змістах. У цьому питанні важливого значення набуває наступність у методах і прийомах роботи педагога з дітьми [5].

Аналіз змісту програм з фізичного виховання дітей ДНЗ і учнів початкової школи дозволив виокремити позиції, які:

- гальмують творчий потенціал педагогів, що працюють за цими програмами;
- не спрямовані на створення педагогічних ситуацій особистісного розвитку дитини.

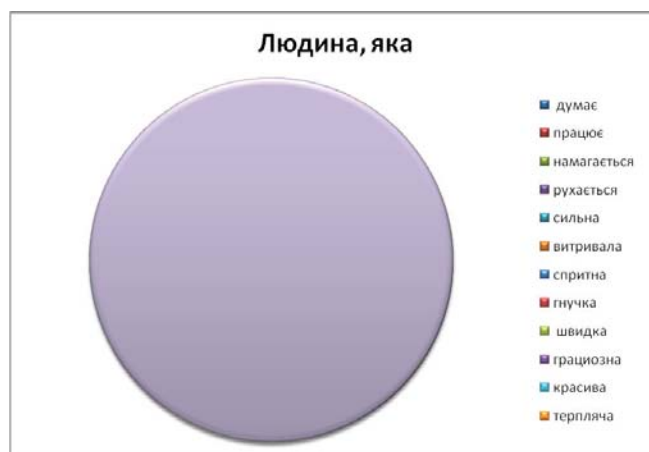
Означене дозволяє сприймати програми з фізичного виховання дітей ДНЗ і учнів початкової школи як інструмент щодо педагогічних маніпуляцій вихованцями, а традиційну методику з фізичного виховання, на засадах якої власно й розроблено навчальні програми, як методику примусів, регламентованих «правильних» основних рухів.

Світова теорія та практика фізичного виховання накопичила значний обсяг засобів, методів і форм навчання, виховання та розвитку здорової особистості. Поряд з цим установка на розвиток

(формування) у дітей основних рухів, рухових навичок, а також їх закріплення, невідповідність запропонованих дидактичних технологій потребам, особливостям і можливостям кожної дитини призводять до повної або часткової відмови цієї дитини від занять (уроків). Йдеться про здоров'явитратний характер навчання: «Можно с уверенностью сказать, что возникла настоящая необходимость в развитии дидактической системы учителя физической культуры, направленной на оздоровление учащихся» [6].

Саме принцип здоров'яцентризму став стрижневим у процесі розробки та апробації інноваційної програми з фізичного виховання дітей в системі «ДНЗ — Початкова школа», згідно з якою педагогу необхідно вирішувати триедину задачу збереження, зміцнення та формування здоров'я дітей [7].

Програмний матеріал і особливості методики навчання спрямовані на формування нової генерції дітей засобами фізичного виховання, в яких створюється людський образ фізкультурно освіченої людини. Це — так звані «15 педагогічних ефектів» (малюнок):



Педагогічна стратегія невтручання (за В.Висоцьким, [8]) орієнтована на формування в учнів умінь:

- спілкуватися одне з іншим мовою рухів;
- діяти усвідомлено залежно від обставин;
- бачити положення інших людей у просторі;
- прогнозувати майбутні (наступні) ситуації в різних часових інтервалах;
- діяти на випередження.

Тому пріоритетним методом навчальної діяльності за програмою «Школа розумного руху» є «метод рухових задачок», коли перед дитиною або групою дітей ставиться певна пропозиція, а вирішити її треба більш менш самостійно (ідея запозичена з досвіду роботи Сергія Реутського, [9]). Умовно варіанти постановки пропозицій, а отже — методичних прийомів, представлено таким чином:

- Педагог формулює мету (кінцевий результат рухової діяльності), а засоби (за допомогою чого) й шляхи (як, яким чином) її досягнення діти знаходять самі;
- Педагог зазначає шлях, діти самостійно формулюють мету, обирають засоби щодо її досягнення;
- Педагог зазначає засоби, діти самостійно знаходять шляхи, формулюють мету «авторської» рухової дії.

Наприклад.

ФРАГМЕНТ ЗАНЯТТЯ В ДНЗ, ДІТИ 6 р.ж.

Рухова задачка «Пропонуйте свої вправи з еталонного вихідного положення». Діти довільно розташовані у спортивній залі. До речі, педагогу слід вчити дітей знаходити небезпечно для себе та оточуючих місце в залі. Дається завдання: «Лідер демонструє певне вихідне положення. Всі називають ім'я Лідера, приймають запропоноване вихідне положення та одразу починають виконувати будь-яку вправу. Тут важливо, щоб діти поступово почали «слухати» своє тіло, задовольняти його потреби щодо певних рухів. А завдання педагога — окультурювати такі рухи, в супереч «навчання правильної техніки виконання руху»... Спочатку функції Лідера виконує педагог. Він пропонує еталонне вихідне положення — сидючи на п'ятах, руки за голову. Дивимось на дітей. Настя випрямляє руки в боки та повертає їх у в.п. Декілька дітей одразу повторюють за нею. Кирило вносить індивідуальну корективу: під час розставлення рук в боки підіймається з п'ят, прогинається. Микитка підіймається в упор лежачи зігнувшись та повертається у в.п. Валерія діє більш складно: праву руку вона виносить уперед, ліву — вгору; підіймається з п'ят; ліву ногу ставить при цьому вперед на носок. Як граціозно діє дівчинка! Про це мають дізнатися всі: «Діти. Дивіться, яку важку та красиву вправу виконує Валерія. Давайте спробуємо виконати за нею цю вправу»... Так з'явився новий Лідер. Діти вже знають, що обрану вправу слід виконувати до тих пір, доки не буде призначений наступний Лідер. Розмаїття вихідних положень і «авторських рішень» відносно вправ — несподівано багате. Й більшість з них зовсім не закладене в державну програму з фізичного виховання дітей означеного віку.

ФРАГМЕНТ УРОКУ В 1 КЛАСІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Рухова задачка «Фізкультурний диктант». Учні обирають той м'яч, з яким вони сьогодні бажають «потоваришувати». У спортивній залі мають бути маленькі, великі гумові м'ячі, волейбольні, гандбольні, баскетбольні, футбольні, тенісні м'ячі різного кольору за кількістю учнів. Учні займають небезпечно (зручне) місце для роботи. Можна шикувати учнів в одну шеренгу за периметром майданчика

або в колонах. Дається завдання: «Дівчатка та хлопчики. Зараз ви виконуєте фізкультурний диктант. Доведіть собі та мені, що саме ви керуєте м'ячем, а не м'яч керує вами. Я «диктую» вам умови виконання вправ. А ви починаєте їх демонструвати так довго, доки я не дам сигнал на наступну вправу». Далі педагог подає команди у такій послідовності:

Перша серія: м'ячі не літають і не падають. Першу вправу починай... Другу вправу починай... Третю вправу починай.

Друга серія: м'ячі літають, однак не падають...

Третя серія: м'ячі літають, стрибають, однак ви стоїте на місці...

Четверта серія: м'ячі літають, стрибають, ви пересуваєтесь...

«Диктант» розпочато. Деякі учні одразу починають перекладати м'яч з руки в руку. Деякі підіймають м'яч в гору, виконують з ним нахили, повороти. Ось з'явилися присідання. А Дмитрик сів на підлогу, м'ячик затиснув стопами та почав підіймати прямі ноги вгору. Педагог показує «Клас!». І деякі учні «скопіювали» Дмитрика... М'ячі літають. В деяких учнів одразу з'являються «помилки»: вони гублять м'ячі, і одразу переходять до більш легкої вправи, щоб не губити м'яч. Тобто, знаходять зручний для себе варіант успішного виконання завдання. М'ячі літають і стрибають... А от і учні починають разом з м'ячами стрибати, одночасно відбиваючи м'яч об підлогу... Марійка відтворює ведіння м'яча, як справжній баскетболіст. Педагог поруч з нею допомагає ефективніше виконати цей складний технічний елемент: виконує ведіння м'яча по черзі правою — лівою рукою з одночасними пружними напівприсідами. Марійка одразу вносить корективи у «власну» вправу. В неї виходить чудово. Найскладніша серія, коли м'ячі літають, стрибають, а учні пересуваються. Не з кожним класом учнів така група вправ виходить ефективно. Однак спробували та вийшло. Марійка одразу перейшла на ведіння м'яча, пересуваючись за лініями майданчика. За нею пішли її подруги — Ганна, Іринка та Оленка. Василь розпочав низько вести м'яч двома руками одночасно, сам пересувався в нахилі вперед, у напівприсіді. Данило під час руху підкидав м'ячик, плескав у долоні і ловив його після відскоку від підлоги. Після завершення «диктанту» майже всі діти отримали позитивні відзиви від педагога. Головне, щоб кожна дитина під час виконання завдання почувала власне ім'я та похвалу педагога.

Таких прийомів («рухових задачок») напрацьовано багато. Можливості Інтернет-мережі ефективно допомагають нам знаходити цікаві педагогічні

розробки, апробувати їх, адаптувати до певних умов діяльності. Сьогодні здійснюється систематизація отриманого дослідного матеріалу, завершується створення навчально-методичного комплексу щодо реалізації програми «Школа розумного руху», розпочато роботу обласного постійно діючого семінару за означеним напрямком. Однак вже зараз значні позитивні педагогічні ефекти дозволяють впевнено сказати, що альтернатива застарілим методичним підходам є. Завдання — створити відповідні умови щодо навчання педагога нової формації. А тут вже потрібне поєднання зусиль фахівців педагогічних коледжів, ВНЗ та системи післядипломної педагогічної освіти.

### Список літератури

1. [http://ebk.net.ua/Book/pedagogics/dichkivska\\_ip/index.htm](http://ebk.net.ua/Book/pedagogics/dichkivska_ip/index.htm)
2. *Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья / Всемирная организация здравоохранения, 2010.*
3. *Дубогай О.Д., Євтушок М. Зміст та результативність шкільної інноваційної діяльності в системі здоров'язберігаючих технологій / Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві. — 36. наук. праць. — 2008. — С. 36-38.*
4. *Дубогай О.Д. Теоретичні та методичні аспекти особистісно-орієнтованого підходу у фізичному вихованні дітей // Дошкільна освіта. — № 2 (8). — 2005 р.*
5. *Третьякова Н., Скороколупова О. О преемственности между дошкольным образовательным учреждением и школой // Дошкольное воспитание. — 2007. — №3. — С.6-8.*
6. *Ирхин В.Н., Собянин Ф.И., Ирхина И.В. Здоровьецентрированная дидактическая система учителя физической культуры // Теория и практика физической культуры. // Электронный доступ [http://lib.sportedu.ru/]*
7. *Розвиток «рухового інтелекту» дітей на заняттях з фізичної культури. Науково-методична розробка / За ред. О.Аксьонової, Н.Денисенко, О.Миронюк, С.Циба. — Запоріжжя, 2009. — 116с.*
8. *Висоцький В.Л., Терьошкіна Т.І., Юшков О.М. Фізкультура. Педагогіка спільного успіху. — Київ, «Шкільний світ». — 2009.*
9. *Реутский Сергей. Физкультура про другое, зато обо всем и для всех. От простого к сложному в семье, в детском саду и в начальной школе. — СПб.: Агентство образовательного сотрудничества, 2006. // Электронный доступ [http://setilab.ru/modules/article/trackback.php/201]*

Надійшла до редакції 18.11.2010 р.