

Пахальчук Н. Фізичне виховання молодших школярів у сучасній «Школі радості» / Наталя Пахальчук // Реалізація ідей В. О. Сухомлинського в практиці роботи сучасної початкової школи : зб. матеріалів пед. читань / Відп. за вип. І.І. Козак, І.М.Лапшина, Л.В.Любчак. – Вінниця : Нілан ЛТД, 2012. – С. 36-39.

Наталя Пахальчук,
канд. пед. наук,
ВДПУ М.Коцюбинського
orcid.org/0000-0001-7098-3821

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У СУЧАСНІЙ «ШКОЛІ РАДОСТІ»

Формування дієвої національної системи фізичного виховання вимагає вивчення і творчого осмислення багатой спадщини народної педагогіки та праць видатних зарубіжних та українських діячів освіти. Сучасний розвиток суспільства, підвищення уваги до загальнолюдських цінностей, реалізація гуманістичної педагогіки співробітництва, партнерства, співтворчості висувають нові вимоги до навчання і виховання національно-свідомої та фізично здорової людини. Сьогодні, в умовах існуючої системи особистісно-орієнтованої, гуманістичної системи виховання, педагоги все активніше звертаються до унікальної спадщини Василя Олександровича Сухомлинського, в якій відображені актуальні проблеми взаємодії фізичного та естетичного виховання молодших школярів.

Уся система Павлівської середньої школи ґрунтувалась на формуванні в дітей «переконання, що завдяки регулярним вправам у них не тільки розвивається краса тіла, гармонія рухів, а й формується характер, гартується сила волі» [9, 169]. У «школі радості» велика увага приділялась взаємозв'язку естетичного сприймання й естетичної творчості, нагромадженню в дітей естетичних вражень, красі праці, естетиці побуту та фізичному вихованню особистості [9, 377–390]. В.Сухомлинський неодноразово наголошував на естетичних цілях фізичного виховання молодших школярів, на доцільності визначення естетичних вимог до організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня учнів [9, 170]. На думку Т.Ротерс, на уроках фізичної культури взаємодія фізичного виховання з естетичним спрямована на вдосконалення зовнішнього вигляду школярів. Це гармонійний фізичний розвиток, пропорційна тілобудова, добре розвинені фізичні якості, показники здоров'я як умова краси зовнішньої та внутрішньої. Саме ці компоненти складають базу для розвитку в учнів естетичних смаків, естетичного задоволення, розуміння прекрасного в фізичних вправах і рухах людського тіла [7, 13].

На думку дослідників (В.Білоусова, О.Новіков, І.Яковлев тощо), естетичне виховання на уроках фізичної культури обумовлюється формуванням тілесної краси, вихованням виразності рухів, розвитком відчуття прекрасного, вихованням естетичних потреб, почуттів, суджень, смаків тощо. Науковці підкреслюють, що кінцевою метою естетичного виховання виступає досягнення естетичного ідеалу, і в цьому велику роль відіграє фізична краса. Одним із компонентів фізичної краси виступає фізична підготовленість, яка має позитивний вплив на емоційну сферу людини [7, 14].

У процесі фізичної підготовки розвиваються такі фізичні якості як сила, спритність, витривалість, прудкість, гнучкість. Вони складають фундамент для виконання рухів легко, граційно, вишукано, що в цілому відповідає естетичній характеристиці фізичних вправ. Естетичним аспектом у фізичному вихованні виступає тілесна краса, яка пов'язується з якісною ознакою різних типів тілобудови та рухової діяльності. Красиво розвинене тіло, легкі, правильні, красиві рухи – предмет загального естетичного інтересу. Гармонійне поєднання краси тіла, поз, жестів, краси рухів визначає зовнішню фізичну красу людини, яка певною мірою залежить від внутрішнього стану людини, піднесеності її інтересів, ступеня активності. Під внутрішньою красою розуміється духовний світ людини, її прагнення й помисли. В.Сухомлинський визначає духовний світ, духовне життя як розвиток, формування і задоволення моральних, інтелектуальних запитів та інтересів людини в процесі активної діяльності. При цьому методологічною основою такої інтегрованої якості як духовність, її

моральних, інтелектуальних та естетичних запитів є цілісність, системність, врахування вікових особливостей школярів [8].

Аналіз праці В.Сухомлинського «Серце віддаю дітям» дозволив визначити особливості організації фізкультурно-оздоровчої діяльності дітей, яка була тісно пов'язана з формуванням естетичним досвідом особистості. «Якщо дитина, зачарована красою полів, мерехтінням зірок, нескінченною піснею коників і запахом польових квітів, складає пісні, значить, вона знаходиться на вершині цієї гармонії – тіла і духу. Турбота про людське здоров'я, тим більше про здоров'я дитини, – це не просто комплекс санітарно-гігієнічних норм і правил, не звіт вимог до режиму харчування, праці, відпочинку. Це, насамперед, турбота про гармонійну повноту всіх фізичних і духовних сил, і вінцем цієї гармонії є радість творчості» [10, 136]. З перших тижнів виховання дітей в «школі радості» педагог-гуманіст надавав великого значення спортивним та рухливим іграм, діти грали в настільний теніс, метали диски та м'ячі, лазили по канату та жердинам. Так, для дитячих ігор та розваг був облаштований ігровий майданчик. В.Сухомлинський наголошував, що рухливі ігри повинні бути пов'язані з казкою та фантазією [10, 147]. Педагог організував систему зміцнення організму учнів, яка починалась із загартування ніг. Все літо діти ходили босоніж, не боялися дощу.

В.Сухомлинський організовував казкові фізкультурно-оздоровчі подорожі дітей у природу, адже «навчання повинно бути міцно пов'язане з багатогранною грою розумових і фізичних сил, щоб ця гра пробуджувала яскраві хвилюючі почуття, а навколишній світ поставав перед дітьми як цікава книга, яку хочеться прочитати» [10, 159]. Так, В.Сухомлинський зазначає, що «діти завжди з нетерпінням чекали, коли вони підуть у ліс, в поле, до ставу, задалегідь придумували ігри. Улюбленими для хлопців стали ігри, пов'язані з подоланням труднощів, ігри, учасниками яких є казкові й реальні герої. Я розповів малюкам (в 2 класі) про Робінзона, і почалася захоплююча гра, яка тривала кілька місяців. Після розповіді про Спартака діти влаштували на високій горі, поряд із обривом і ущелиною казковий табір повсталих рабів» [10, 234].

Піклуючись про майбутні покоління школярів, В.Сухомлинським була створена школа для батьків, яка озброювала слухачів педагогічними знаннями про фізичний, психічний, розумовий, моральний та естетичний розвиток дитини. Педагогічні погляди та методичні знахідки видатного гуманіста В.Сухомлинського залишаються актуальними й на сучасному етапі реформування виховного середовища початкової школи та активно впроваджуються в процесі фізичного виховання дітей. Так, Р.Літус проводить уроки фізичної культури з розділу «Гімнастика» у формі гри. Урок-гра «Лісова подорож» з міжпредметними зв'язками «Я і Україна. Природознавство», «Туризм» розпочинається з шикування, повідомлення завдань уроку та різновидів ходьби у віршованій формі: Зараз в подорож рушаєм. Разом в ліс ми всі заходим, перед нами стали кочки, ми піднялись на носочки. Всі по кочкам ми пройдем та болото перейдем тощо [4, 15]. Основна частина уроку включає виконання молодшими школярами основних вправ на галявині здоров'я (вправи оздоровчої йоги, робота за картками та таблицями тощо), на туристичній галявині (розпізнавання топографічних знаків), на галявині «нори та купини» (пролізання під сіткою, повернення бігом по купинах) та подолання смуги перешкод [5, 16-17]. Вчитель фізичної культури О.Калмикова використовує в підготовчій частині уроку фізичної культури для 1 класу імітаційні загальнорозвивальні вправи, як-от: «сонечко посміхається» (в.п. – стійка ноги нарізно, руки вниз; 1-2 – руки вгору, подивитись вгору; 3-4 – в.п.); «годинник» (в.п. – стійка ноги нарізно, руки на пояс; 1 – нахил праворуч промовляємо «тік-так»; 2 – в.п.; 3 – нахил ліворуч і промовляємо «тік-так»; 4 – в.п.); «дроворуб» (в.п. – стійка ноги нарізно, руки вгору, пальці з'єднані «в замок»; 1 – енергійний нахил вперед, при видиху сказати «хоп»; 2 – в.п.) тощо [2, 25-26].

Сюжетно-рольовий урок із розділу «Легка атлетика» для учнів 3 класу «Веселий потяг у країну Здоров'я» запропонував учитель фізичної культури І.Євгенєва [1, 114-115]. Так, учні, узявшись за лікті, утворювали потяг і пересувались від станції до станції. Серед станцій були такі: «Гантельки» (виконання загальнорозвивальних вправ); «Бігунки» (проведення спеціальних бігових вправ); «Силова» (згинання та розгинання рук в упорі лежачи,

піднімання тулуба з положення лежачи); «Стрибунки» (виконання стрибків у довжину з розбігу способом «зігнувши ноги» через перепону»); «Ігрова» (організація естафет з елементами футболу) [1, 114-115]. Особистісно-орієнтовані технології навчання в організації фізичного виховання молодших школярів використовує Т.Матвійшина. Так, на уроці фізкультури у 4 класі з розділу «Спортивні ігри» педагог організовує роботу у відділеннях «круговим методом». Учень на кожній «станції» обирає для себе одне з трьох запропонованих завдань: стрибки; передача м'яча; силові вправи; вправи для укріплення черевних м'язів; жонглювання футбольним м'ячем; ведення футбольного м'яча; штрафний кидок. Після закінчення роботи на станціях учні приклеювали до квіток їхні пелюстки. На кожній «станції» виконуються запропоновані вправи за вибором, з темпом, який обирає учень. Після проходження сьомої станції на кожній квітці повинно з'явитись сім пелюсток [5, 9].

Враховуючи, що розвиток рухових якостей є одним з найважливіших компонентів фізичного виховання школярів, учителька Бердичівської ЗОШ №15 Ж.Твердохліб на своїх уроках основну увагу спрямовує на вирішення цих завдань. У початкових класах педагог використовує метод поєднаного розвитку властивостей і навчання рухових навичок; у структуру уроків включає вправи, що сприяють зміцненню м'язів живота, формують витонченість, граціозність, пластичність рухів [6, 47]. Для створення належного емоційного стану учнів під час занять фізичною культурою Ж.Твердохліб застосовує музичний супровід уроків. Мажорна музика збільшує м'язову силу і працездатність, тому вона транслюється вчителем протягом 30-32 хвилин на уроці. У заключній частині уроку, коли школярі виконують вправи на відновлення дихання, лунає мелодія з м'яким музичним малюнком [6, 48].

На ефективності проведення уроків фізичної культури з міжпредметними зв'язками наголошує О.Кругляк, адже «такі уроки стають цікавими, веселими і пізнавальними. До них належать уроки різних видів і типів, у тому числі уроки-ігри, уроки-змагання, уроки-конкурси, уроки-казки, уроки-концерти тощо, на яких успішно вирішуються оздоровчі, освітні, виховні та розвивальні завдання, комплексно здійснюється фізичне, моральне, інтелектуальне, трудове, естетичне, екологічне, валеологічне, правове та економічне виховання» [3, 12]. Так, педагог пропонувала урок фізичної культури для 2 класу з розділу «Гімнастика» з такими міжпредметними зв'язками: «Українська маршова пісня» (музика); «Лічилки» (читання); «Символи держави: Герб, Прапор, Гімн» (Я і Україна); «Додавання і віднімання двоцифрових чисел» (математика); «Числівники» (іноземна мова) [3, 13]. Завдання уроку включали повторення маршової ходьби з піснею «Ми – гайдамаки»; повторення комплексу вправ ранкової руханки під музичний супровід; закріплення техніки лазіння по гімнастичній драбині вгору і вниз; розвиток пружкості та спритності під час проведення рухливих українських ігор і естафет; виховання в учнів патріотизму, любові до рідного краю, повагу до символів держави, інтерес до самостійних занять фізичним вправами вдома. На думку науковця, майбутнє уроків – це синтез, міжпредметна інтеграція уроку фізичної культури з уроками валеології, народознавства, природознавства, історії, географії, біології, музики, іноземної мови, математики, хореографії і навпаки [3, 12-13].

Таким чином, у сучасній «школі радості», як і в «школі під блакитним небом», відбувається активний процес знаходження шляхів поєднання фізичного виховання з розумовим розвитком, духовним становленням та емоційно-естетичним зростанням особистості.

Література:

1. Євгенєва І.М. Веселий потяг у країну Здоров'я // Розкажіть онуку. – 2010. – № 5. – С. 114-115.
2. Калмикова О. План-конспект уроку фізичної культури для учнів 1 класу // Фізичне виховання в школі. – 2007. – № 5-6. – С. 25-26.
3. Кругляк О. Рухливі ігри та естафети в школі: Посібник для вчителя. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2009. – 80 с.
4. Літус Р. Урок фізичної культури з теми «Гімнастика» для учнів 4 класу // Фізичне виховання в школі. – 2008. – № 6. – С. 14-17.
5. Матвійшина Т. БасФут (баскетбол-футбол) // Здоров'я та фізична культура. – 2008. – № 1 (97). – С. 9-10.
6. Новак В. З досвіду роботи вчителя Бердичівської ЗОШ №15 Ж.О. Твердохліб // Фізичне виховання в школі. 2004. – № 2. – С. 47-48.

7. Ротерс Т.Т. Музично-ритмічний розвиток школярів у взаємодії фізичного і естетичного виховання // Теорія та методика фізичного виховання. – 2006. – № 3. – С. 12–14.
8. Сухомлинский В.А. Духовный мир школьника (подросткового и юношеского возраста). – М., 1961. – С. 5.
9. Сухомлинський В.О. Павлиська середня школа // Вибрані твори: В 5-ти т. – К.: Рад. шк., 1977. – Т. 4. – С. 7–390.
10. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям // Вибрані твори: В 5-ти т. – К.: Рад. шк., 1977. – Т. 3. – С. 7-289.
11. Тихонькова І. Урок з гімнастики для учнів 3 класу // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 3. – С. 24-26.