

УДК 373.3.091.33-027.22:796

ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ

Мужичок В.О., Мосейчук А.В.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Авторами статті висвітлено значення рухливих ігор у формуванні особистісних якостей та здоров'язбережувальної компетенції молодших школярів загальноосвітньої школи. Проаналізовано зміст понять «здоров'язбережувальна компетенція», «гра», «ігрова діяльність». Визначено основні форми організації режиму рухової активності учнів початкових класів. Представлено структуру педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи, підходи до класифікації рухливих ігор.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетенція, гра, ігрова діяльність.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. У колах міжнародної наукової спільноти побутує думка, що здоров'я людини залежить від чотирьох чинників: системи охорони здоров'я (10%), генетичної спадковості (20%), стану зовнішнього середовища (20%) та способу життя (50%). Як свідчить практика, сучасні школярі під час навчального процесу малорухомі, а внаслідок цього – їх органи і системи життєдіяльності втрачають здатність правильно функціонувати. Тому важливим напрямом фізичного виховання у загальноосвітній школі вважаємо формування здоров'язбережувальної компетенції особистості вихованця.

Актуальність дослідження полягає в тому, що пріоритетним завданням системи фізичного виховання у світлі рекомендацій Національної доктрини розвитку освіти в Україні та в низці державних документів і програм означено формування відповідального ставлення людини до власного здоров'я. Запроваджена у 2012-2013 н. р. оновлена програма «Фізична культура» для 1-4 класів забезпечує реалізацію комплексного підходу у вирішенні навчальних, оздоровчих і виховних завдань щодо розширення функціональних можливостей систем організму дитини шляхом цілеспрямованого розвитку основних фізичних якостей і природних здібностей, формування інтересу до використання фізичних вправ як одного з провідних чинників здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я школярів.

Молодший шкільний вік – найбільш сприятливий й найвідповідальніший у забезпеченні сприятливого підґрунтя для особистісного зростання й формування здорової, гармонійно розвиненої особистості при використанні рухливих ігор та ігрових форм організації навчання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано результати вивчення проблеми, на які посилається автор. Грі як одному з провідних видів діяльності дитини молодшого шкільного віку приділили увагу сучасні дослідники Л. Артемова, А. Богуш, О. Чепка, О. Поліщук, С. Довбня та ін. Обґрунтування особливої ролі гри як засобу розвитку особистості, «що породжує радість, свободу, достаток, спокій в собі і біля себе, мир з миром» знаходимо у Ф. Фребеля. [5]. Освітнянською практикою система ігор

Ф. Фребеля у першій половині ХХ століття була поширена на молодший шкільний вік. Розуміння гри та її суттєвої ролі у формуванні особистості обґрунтовано з позицій наукових теорій – філософії (феномен культури, спосіб комунікації, естетизації (Й. Хейзінг, Е. Берн, Ф. Шеллінг); психології (психоаналітичної теорії З. Фройд, К. Хорні та ін.); педагогіки (Л. Артемова, Г. Григоренко, Н. Кудикіна, Н. Короткова, К. Щербаківа, Н. Гавриш та ін.). Психологічну теорію ігрової діяльності дітей висвітлили через розуміння її соціальності І. Сікорський, Л. Виготський, О. Запорожець, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн, Д. Ельконін та ін. Вчені розробили теоретичні засади історичного походження гри, її соціальної сутності та психологічного механізму. Думки про гру як метод навчання і виховання учнів різних вікових категорій знаходимо у науковій спадщині видатних педагогів (К. Ушинський, П. Каптерєва, П. Блонський, В. Сороки-Росинський, М. Демков, А. Макаренко, В. Сухомлинський та ін.) які працювали в історично та соціально різних умовах та дійшли висновку про виняткову її цінність для дитини і необхідність цілеспрямованого використання в школі.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується стаття. Водночас, як засвідчують наукові джерела та масова практика загальноосвітніх шкіл, керівництво ігровою діяльністю у навчально-виховному процесі педагоги здійснюють інтуїтивно. Спостерігається невідповідність між надмірним домінуванням учителя на уроці фізичного виховання та необхідністю забезпечення умов для дитячої активності й використання рухливих ігор для формування здоров'язбережувальної компетенції вихованця початкової школи.

Формулювання цілей статті (постановка завдання) – полягає у висвітленні ролі рухливих ігор у формуванні здоров'язбережувальної компетенції молодших школярів загальноосвітньої школи.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Рухливі ігри різної спрямованості є ефективним засобом комплексного вдосконалення фізичних якостей особистості. Фізичні якості у дітей проявляються через рухові навички та вміння, а вони, у свою чергу, обумовлені достатнім рівнем їх розвитку. Якщо формування

рухових навичок у дітей закріплюється при низькому рівні розвитку рухових якостей, то в подальшому може призвести до закріплення неправильних навичок виконання руху. Систематичне застосування ігор сприяє розширенню рухливих можливостей учнів, які перетворюються у необхідні життєві уміння та навички. Сформовані рухові навички і уміння дозволяють економити фізичні сили та безпомилково виконувати фізичні вправи, що позитивно впливає на розвиток м'язів, зв'язок, суглобів, кісткового апарату.

Основними формами організації режиму рухової активності учнів початкових класів складають:

- уроки фізичної культури;
- фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня (гімнастика перед початком заняття, фізкультурні хвилини під час уроків, ігри та фізичні вправи на перервах і в режимі продовженого дня);
- позакласну фізкультурно-масову роботу (заняття в гуртках фізичної культури і спортивних секціях, спортивні змагання);
- позашкільну спортивно-масову роботу (за місцем проживання учнів, заняття в дитячо-юнацьких спортивних школах, будинках школярів, спортивних товариствах, самостійні заняття школярів фізичними вправами в сім'ї, на пришкольних і дворових майданчиках, стадіонах, у парках) [16, с. 203].

На навчальних заняттях здоров'язбережувальних технологій гра є найпоширенішим методом навчання дітей молодшого шкільного віку, оскільки під час застосування спортивних і рухливих ігор спостерігається найбільша стійкість уваги у дітей. Молодші школярі охоче засвоюють навички і уміння на заняттях ігрового характеру з цільовою спрямованістю, оскільки у грі формуються не тільки особистісні якості, але і її ставлення до реальної дійсності. Рухливі ігри використовують на шкільних перервах, спортивних святах, у групах продовженого дня і т. д. [18, с. 107]. Про вплив гри на особистість школяра наголошував В. Сухомлинський: «Дитина має справжнє емоційне і інтелектуальне життя тільки тоді, коли вона живе в світі ігор, казки, музики, фантазії і творчості. Без цього вона не краща за здавлену квітку» [14, с. 179].

Для того, щоб реалізовувався здоров'язбережувальний ефект ігор, обов'язковою умовою є їх грамотне педагогічне керівництво. Поняття «здоров'язбережувальна компетентність» розуміємо як комплекс знань, умінь, ставлень та цінностей, які спрямовані на збереження й укріплення здоров'я (свого та оточуючих) у повсякденному житті; цілісне, індивідуальне, психологічне утворення особистості, спрямоване на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення [10, с. 7]. У Державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти здоров'язбережувальна компетентність розглядається як здатність учня застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язбережувальних компетенцій, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей.

На думку Н. Кудикіної, педагогічне керівництво ігровою діяльністю молодших школярів

у навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи охоплює два взаємопов'язані блоки: перший – *організаційно-пропедевтичний*, передбачає:

– професійну підготовку педагогів до керівництва ігровою діяльністю;

– процес цілепокладання і моделювання ігор на засадах врахування вікових потреб дітей за мікроперіодами 6-7 і 8-10 років, актуальних завдань початкової освіти і культурно-історичних ігрових традицій організації виховного і розвивального ігрового середовища;

другий – *методичний*, забезпечує:

– повноцінне функціонування всіх структурних компонентів ігрової діяльності (мотиваційно-цільовий, змістовий, процесуально-операційний, контрольний-оцінний, результативний);

– стимулювання розвивально-виховного ефекту ігор різних видів і їх педагогічної багатofункціональності (збагачення емоційно-почуттєвої сфери, забезпечення основ здоров'я, креативна, адаптаційна, діагностуюча, мотиваційна, розвивальна, виховна, навчально-пізнавальна, коригуюча);

– реалізацію у методиці керівництва ігровою діяльністю способів взаємодії педагога з учнем, адекватних особливостям творчих ігор та ігор за готовими правилами) [8, с. 11].

Зауважимо, педагогічне керівництво ігровою діяльністю розглядається Н. Кудикіною як спосіб досягнення мети навчально-виховного процесу шляхом цілеспрямованого застосування системи педагогічних прийомів, адекватних особливостям конкретної гри та спрямованих на гармонізацію взаємодії педагог-учень через задоволення актуальних дитячих потреб і реалізацію особистісного потенціалу учнів. За таких умов ігрова діяльність реалізується як педагогічний метод [8, с. 24].

У педагогічній практиці існує така класифікація рухливих ігор:

• індивідуальні («Квач», «Вудочка», «Карлики і велетні») і командні («Абетка», «Гопак», «Всі до своїх прапорців»);

• із предметами («М'яч середньому», «Квач зі стрічками») і без предметів («Квач», «Гопак»);

• з ведучими («Вудочка», «Іжак», «Ми веселі діти») і без ведучих («Передай далі». «Хто де живе?»);

• за переважаючим розвитком фізичних якостей (ігри для розвитку швидкості: «День і ніч», «Захисники фортеці», «Останній вибуває»; ігри для розвитку сили: «Гопак», «Човник», «Силачі»; ігри для розвитку спритності: «Квач зі стрічками», «Море хвилюється» тощо);

• за інтенсивністю фізичного навантаження (ігри малої інтенсивності: «Карлики і велетні», «Тиша», ігри середньої інтенсивності: «Вище землі», «Пошта йде у всі міста», ігри великої інтенсивності: «Вудочка», «Потяг»);

• за місцем проведення (на свіжому повітрі: «Фізкульт-ура», «Класи», «Другий зайвий», в залі: «Пасування волейболістів», «Уважні сусіди», «Коники», на воді: «Перекинь швидше», на снігу: «Швидкі санки»);

• за спрямованістю рухових дій (ігри з бігом: «Ворота», «Всі до своїх прапорців»; ігри з ходьбою: «Зайчик», «Котики», ігри зі стрибками: «У річку,

гоп», «Довга лоза», ігри з передачею м'яча: «Злови м'яч», «Передай далі»), ігри з метанням «Снайпери», «Влуч у ціль», «Спритний м'яч») [15, с. 5].

На початковому етапі формування здоров'язбережувальної компетенції школяра (I-IV класи) серед освітніх завдань особливого значення набуває збагачення рухового досвіду дітей та їх психомоторних здібностей, що полегшує опанування складних вправ в майбутньому. У такому випадку вчитель бере до уваги класифікацію ігор за рівнем фізичного навантаження: ігри великої інтенсивності за участю всіх дітей одночасно, при цьому часто ігри замінюють інтенсивними рухами: стрибки, біг у поєднанні з метанням, подоланням перешкод (пролізання в обруч, перестрибування через предмети і т. п.); характер гри середньої інтенсивності відносно спокійніший (метання предметів у ціль, ходьба у поєднанні з іншими рухами, підлізання під дугу, переступання через предмети), активно рухається лише частина учасників гри, а інші перебувають у статичному положенні і спостерігають за діями тих, хто грає. Зміст ігор з низькою інтенсивністю становить змішане пересування (біг у поєднанні з ходьбою) та біг з малою швидкістю. Вибір гри залежить від теми й змісту уроку, вікових можливостей дітей, їх фізичної підготовленості та інтересів, пору року і погодних умов. Ефектами від регулярного застосування рухливих

вправ можуть бути: економізація функцій, нормалізації тону, компенсації, поліпшення трофіки і формування опірності організму.

Зауважимо, що лише від учителя фізичного виховання значною мірою залежить сформованість у дітей здоров'язбережувальної компетентності й те, що він може покращити показники її сформованості. А тому слід оптимально розподіляти й раціонально використовувати час перебування дітей у школі, які ефективні форми і методи виховних впливів на дітей використовувати під час уроків, як залучити дітей до активної діяльності, покращити їх фізичне, психічне, духовне та соціальне здоров'я.

Висновки дослідження і перспективи подальшого розвитку в цьому напрямку. Актуальність проблеми реалізації гри як засобу формування здоров'язбережувальної компетентності зумовлюється концептуальними положеннями та державними вимогами реформування освіти в Україні, спрямованими на розвиток особистості учня. Вчитель має цілеспрямовано впроваджувати елементи здоров'язбереження в навчально-виховний процес, що призведе до значного покращення усіх рівнів здоров'я учнів та сформованості в них здоров'язбережувальної компетентності. Подальшого вивчення потребують умови формування здоров'язбережувальної компетентності молодшого школяра.

Список літератури:

1. Антропова М. В. Работоспособность учащихся и её динамика в процессе учебной и трудовой деятельности / М. В. Антропова. – М.: Просвещение, 1988. – 232 с.
2. Богинская Ю. В. Исторические аспекты развития игры и ее значение в жизни общества // Проблемы современной педагогической освіти. Сер. Педагогика і психологія. Зб. статей. Ч. 3 – К.: Пед. преса, 2002. – С. 52-58.
3. Богінська Ю. В. Роль ідеї гуманізму у процесі соціалізації особистості: погляд В. О. Сухомлинського // Світ знань. – 2004. – № 1-2 (січень-квітень). – С. 6-9.
4. Большой энциклопедический словарь. – М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». – Санкт-Петербург: «Норинт», 2001. – С. 568.
5. Бугацова І. А. Гра як засіб підготовки дитини до школи // Журнал для батьків. – 2001. – № 1. – С. 17.
6. Державна національна програма «Освіта (Україна ХХІ століття)». – К.: Райдуга, 1994. – С. 61.
7. Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України; головний редактор В. Г. Кремень. – К.: Юрінком Інтер, 2008. – С. 300.
8. Кудикіна Н. В. Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позачурочному навчально-виховному процесі: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Інститу педагогіки АПН України. – К., 2004. – 42 с.
9. Москаленко Н. Активізація пізнавальної діяльності школярів на уроках фізичної культури / Н. Москаленко, Т. Кожедуб // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 1. – С. 77-81.
10. Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової. – Житомир: ФОП Левковець, 2016. – У 2-х ч. – Ч. I. – 216 с.
11. Новая философская энциклопедия. Т. 2. Т. 2. – М.: Мысль, 2001. – С. 67.
12. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (1-11 кл.) // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 1. – С. 2-24.
13. Палічук Ю. І. Застосування здоров'язбережувальних технологій у вищих навчальних закладах економічного профілю: [монографія] / Ю. І. Палічук. – Чернівці-Вижниця: Черемош, 2014. – 258 с.
14. Сухомлинський В. О. Вибрані твори: у 5-ти т. Т. 3. – К.: Рад. школа, 1977. – 670 с.
15. Твердохліб Ж. О., Погребенник Л. І. Рухливі ігри для сучасної школи: Методичні матеріали. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – 62 с.
16. Чаленко І. А. Сучасні уроки фізкультури в початковій школі. – Ростов н/Д., 2003. – 255 с.
17. Шевченко А. Розвивальні ігри. Для дітей молодшого шкільного віку / Алла Шевченко. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2014. – 72 с.
18. Шиян Б. Г. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша. – Тернопіль: ЗБРУЧ, 2000. – 293 с.

Мужичок В.А., Мосейчук А.В.

Черновицкий национальный университет имени Юрия Федьковича

ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ

Аннотация

Авторами статьи освещены значение подвижных игр в формировании личностных качеств и здоровьесохраняющей компетенции младших школьников общеобразовательной школы. Проанализировано содержание понятий «здоровье сохраняющая компетенция», «игра», «игровая деятельность». Определены основные формы организации режима двигательной активности учащихся начальных классов. Представлена структура педагогического руководства игровой деятельностью младших школьников в учебно-воспитательном процессе общеобразовательной школы, подходы к классификации подвижных игр.

Ключевые слова: здоровье сохраняющая компетенция, игра, игровая деятельность.

Muzhychok V.O., Moseichuk A.V.

Chernivtsi Yuriy Fedkovych National University

USE OF MOBILE GAMES IN FORMING THE HEALTH-SAVING COMPETENCE OF LITERATURE SCHOOLS OF GENERAL TRAINING SCHOOLS

Summary

The authors of the article highlight the importance of mobile games in the formation of personal qualities and health-protection competences of junior high school students. The content of the concepts «health of preserving competence», «game», «game activity» is analyzed. The basic forms of organizing the mode of motor activity of pupils of primary classes are determined. The structure of the pedagogical leadership of the game activity of junior schoolchildren in the educational process of the general education school, approaches to the classification of mobile games is presented.

Keywords: health preserving competence, game, game activity.