

**Секція**  
**АКСІОЛОГІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ТА ЦІННІСТЬ**  
**ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

**Сергій ГУМЕНЮК**

*Доктор педагогічних наук, професор,  
Тернопільський національний педагогічний університет  
імені Володимира Гнатюка,  
Тернопіль, Україна  
gumenyik@gmail.com*

**ГУМАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ**

Фізичне виховання є тією навчальною дисципліною, яка концентрує увагу дитини на власний, перш за все фізичний, розвиток. Фізичне виховання це глибоко гуманістичний вид освітньої діяльності, який за допомогою своїх засобів впливає на фізичний і духовний компоненти особистості, що сприяє збереженню і продовженню життя людини. Однак воно далеко не завжди здійснюється відповідно до вимог гуманізму, а його результати часто використовують не за призначенням, далеким від гуманістичних цінностей.

Гуманістична концепція фізичного виховання є системою керівних положень, що відображають основні ідеї гуманізації відповідно до вимог гуманізму та гуманістичного світогляду. Як і будь-яка шкільна навчальна дисципліна, фізичне виховання має своє науково-методичне обґрунтування у відповідності до якого проводиться освітній процес. Система науково-методичних положень, яка визначає цільову спрямованість, зміст шкільного фізичного виховання та його методику визначає теорія і методики фізичного виховання учнів. Разом з освітнім процесом теорія і методика фізичного виховання є складовою педагогічної системи навчання та виховання підростаючого покоління.

Будучи включеною у систему освіти, як шкільна навчальна дисципліна, фізичне виховання набуває частини ознак, характерних для шкільних дисциплін. Зокрема, такі ознаки освітнього процесу, як систематичність, навчально-виховна спрямованість, розвиваючий характер, єдність навчання та виховання. Але при цьому фізичне виховання залишається складовою фізичної культури, основним каналом її передачі індивіду та суспільству. За допомогою фізичного виховання учні використовують фізичну культуру і засвоюють необхідні їм гуманістичні

фізкультурні цінності. Залишаючись частиною фізичної культури, фізичне виховання зберігає ряд її властивостей, що дозволяють надавати різнобічний гуманістичний вплив на людину. Як частина фізичної культури фізичне виховання розвиває функціональні можливості організму, задовольняє потребу людини у руховій активності, позитивно впливає на фізичний розвиток, психічні стани, розумову і фізичну працездатність, а також розвиток інтелекту. Такий вплив досягається завдяки основному засобу фізичного виховання яким є фізичні вправи.

Фізичні вправи є основою рухової діяльності, яка пов'язана з її змістом і структурою. З віком рухова діяльності людини супроводжується відповідним ускладненням рухів, що входять до неї, і рухових дій. Будучи складовим елементом діяльності людини, рухова діяльність тісно пов'язана з психікою та інтелектом. Цей зв'язок обумовлений тим, що рухова діяльність є діяльністю перцептивною. Тому в процесі рухової діяльності протікають пов'язані з нею процеси сприйняття. У міру розвитку та ускладнення рухової діяльності вони розвиваються, ускладнюються і разом із нею зазнають своєрідних змін. Спочатку сприйняття має зовнішній розгорнутий характер. У підсумку воно поступово перетворюється на внутрішній психічний акт [2].

Онтогенез сприйняття дитини своєрідний, пов'язаний з засвоєнням специфічно людського чуттєвого досвіду. Відповідно до цього сприйняття дитини має специфічно людський зміст і своєрідну, властиву людині, структуру. Воно тісно пов'язане з відчуттями, увагою, пам'яттю і, що дуже важливо, з мисленням. У рухової діяльності, як діяльності перцептивній, окремі психічні процеси розвиваються не ізольовано, а взаємопов'язані з властивостями особистості. Рухова діяльність, що викликала їх, тісно пов'язана з когнітивними процесами, емоційним світом людини, запам'ятовуванням, оперативним мисленням, свідомістю. Значну роль перебігу цих процесів відіграє рухове завдання, що викликає психічне напруження. Воно знімається в результаті «живого руху», що володіє предметно-змістовними характеристиками.

Якщо рухове завдання під час виконання фізичної вправи не нав'язане насильно, збігається з інтересами і потребами учня, її успішне вирішення пов'язані з позитивними емоціями. Вони активізують діяльність, пов'язану з вирішенням рухової задачі, створюють сприятливі умови для протікання когнітивних процесів, формування інтелекту, сприяють підтримці позитивного настрою, що важливо в житті дитини. І навпаки, нав'язана насильно фізична вправа, що виконується з примусу, пригнічують творчість, створює негативний емоційний фон. Тому дуже важливо, яке

рухове завдання поставлено перед учнями і з якою метою виконується фізична вправа. У зв'язку з тим, що фізична вправа є різновидом перцептивної діяльності, воно є ефективним засобом розвитку психіки та інтелекту, вирішення багатьох виховних завдань.

Будучи складовим елементом рухової діяльності дитини, фізичні вправи тісно пов'язані з функціональними можливостями її життєво важливих органів та систем. Відповідно до уявлень, що склалися в біології та нейрофізіології, рухові акти здійснюються в організмі функціональними системами. Результатом цих процесів є підвищення рівня функціональних можливостей органів і систем, що входять до функціональної системи, відповідальної за вирішення рухового завдання [3].

Водночас, рухова діяльність тісно пов'язана з вегетативними функціями і при багаторазовому її повторенні підвищує їх потужність, сприяє природному процесу розвитку фізіологічної основи рухової діяльності. Природний, генетично обумовлений процес розвитку фізіологічної основи рухової діяльності періодично входить у суперечність із рівнем психічних процесів.

Ці протиріччя спричиняють стрибки в психічному розвитку, що призводять до побудови нових або якісної зміни освоєних видів рухової діяльності. Вони, у свою чергу, змінюють характер взаємовідносин дитини з навколишнім світом, служать джерелом нової інформації, поштовхом подальшого розвитку психічних процесів та інтелекту. Взаємозв'язок першої та другої сигнальних систем дозволяє припустити можливість впливу рухової діяльності на розвиток мови.

Взаємозв'язок рухової функції з вегетативними та психічними ними функціями, сполученість її розвитку з розвитком інтелекту й мови дозволяють здійснювати різнобічні освітні впливи. Різносторонність розвитку особистості в процесі фізичного виховання досягається також використанням поряд з фізичними вправами загальнопедагогічних засобів словесного, наочного впливу, педагогічно виправданою організацією спілкування дітей, відповідністю всього комплексу педагогічних впливів вікових особливостей.

У міру дорослішання дитини розширюються можливості її моторики і психіки в освоєнні довкілля та у спілкуванні. Ускладнюються взаємовідносини з середовищем, дорослими і однолітками. Все це супроводжується розширенням кола рухових умінь та навичок. Фізичне виховання, слідуючи за природним процесом розвитку дитини, розширюється з віком, гуманістичний вплив на розвиток особи стає все більш різностороннім [1].

Таким чином, фізичне виховання – гуманістична навчальна дисципліна. Різноманітність гуманістичного впливу фізичного виховання на учнів зумовлена особливостями його основного засобу – фізичної вправи, що є різновидом перцептивної діяльності людини, вмілим її поєднанням загальнопедагогічними засобами. Частково збігаючись з компонентами педагогіки, компонентний склад фізичного виховання не вичерпується гуманізмом педагогіки як теорії та практики навчання та виховання. Обмежитися гуманістичним досвідом, накопиченим у вітчизняному фізичному вихованні, неможливо у зв'язку з нерівноцінністю гуманізації окремих його компонентів. Як показав проведений аналіз, гуманістичної орієнтації найбільшою мірою потребують цільові установки та зміст фізичного виховання.

Гуманістична мета фізичного виховання є вихідним положенням гуманістичної концепції фізичного виховання, що визначає його завдання, зміст та методика. Вона має бути гуманістичною, оптимістичною, реальною, яка орієнтує людину на фізичне самовдосконалення, що задовольняє запити особистості та суспільства.

### ***ЛІТЕРАТУРА***

1. Гуменюк, С. В. Виховання гуманних якостей учнів основної школи у процесі занять фізичною культурою. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 - теорія і методика виховання. ТНПУ ім. В. Гнатюка. Тернопіль, 2009. 119 с.
2. Гуменюк С. В. Формування гуманних якостей учнів у процесі фізичного виховання. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету*. Серія: Педагогіка, 2009. №1. С. 59-63.
3. Шиян Б. М., Гуменюк С. В. Гуманізація процесу фізичного виховання школярів. *Фізичне виховання в школі*. 2009. №3. С. 40–46.