

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА**

Факультет фізичного виховання
Кафедра фізичного виховання та реабілітації

Кваліфікаційна робота

**«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ
ІНТЕРЕСУ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ У
ДІТЕЙ»**

**Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація**

Здобувач вищої освіти
кваліфікаційного рівня «магістр»
Войціх Святослав Миколайович
Науковий керівник: к.н.ф.в.с., доцент
Огнистий Андрій Володимирович

Рецензент: кандидат наук з фізичного виховання і
спорту, доцент Маляр Неля Степанівна

Тернопіль 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ	
ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДІТЕЙ 6-10 РОКІВ.....	10
1.1. Аналіз теоретичних джерел з проблеми дослідження.....	10
1.2. Особливості розвитку дітей 6-10.....	20
1.3. Педагогічні умови формування інтересу до занять з фізкультури і спорту в дітей.....	34
РОЗДІЛ II. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО ЗАНЯТЬ	
З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ДІТЕЙ 6-10 РОКІВ.....	46
2.1. Основні чинники розвитку інтересу до занять з фізичної культури у дітей.....	46
2.2. Організація і зміст експериментального дослідження та аналіз його результатів.....	58
ВИСНОВКИ.....	78
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	81
ДОДАТКИ.....	88

ВСТУП

Актуальність дослідження. Перспективи гуманізації суспільства можна визначити за допомогою законодавчих документів, які приймаються державою, щодо фізичного виховання населення. Пріоритети особистості в суспільстві декларуються не тільки її правами, але й конкретними державними реформами, спрямованими на задоволення потреб та інтересів людини. Індикатором прогресивних гуманістичних зрушень вважають цільову комплексну програму «Фізичне виховання – здоров'я нації», яка підписана Президентом України. На відміну від попередніх програм, головною метою реформ системи фізичного виховання має бути покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів.

Як стверджується у Концепції національної системи фізичного виховання, для реалізації державних заходів необхідно «визначити фактори, які впливають на формування цих інтересів, причини, які заважають їх реалізувати, та стимули, які сприяють підвищенню зацікавленості до занять фізичною культурою» [52, 6].

За останні роки обсяг навчального навантаження школярів настільки зріс, що через малорухомість, обмеження м'язових зусиль їм загрожують захворювання різних систем організму (Г.Л. Апанасенко, А.Д. Дубогай, О.С. Куц, Т.Ю. Круцевич та ін.). За період навчання в школі кількість хворих учнів зростає у 2-3 рази, а кількість дітей, які мають порушення постави, досягає 60-70% від загальної кількості учнів (Г.Л.Апанасенко). Протидією цим негативним наслідкам обмеження рухового режиму школярів є фізична культура і спорт, які є важливими чинниками збереження і зміцнення здоров'я, всебічного розвитку особистості, покращення працездатності та зниження втомлюваності, підвищення опору організму різним захворюванням за період навчання у школі (С.М.Дмитренко, О.В.Андрєєва, В.С.Добринський, О.С. Куц та ін.).

Специфіка фізичного виховання полягає в тому, що «усвідомлена інформація стає мотивованим спонуканням до виконання фізичних вправ, використання природних факторів і формування такого способу життя, який сприяв би досягненню як особистих, так і суспільних цілей. Критерієм ефективності цього процесу має бути рівень здоров'я учнів, рівень їх фізичної працездатності і соціальної дієздатності» [54, 13].

Програма фізичного виховання в школі передбачає форми організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності учнів, що виникає в умовах насиченого загальноосвітнього процесу [71]. Однак в реальних умовах функціонує тільки одна форма – урок фізкультури, що проводиться тричі на тиждень. Доповненням є несистематичні фізкультхвилинки, інколи рухливі перерви, а також самостійні заняття фізичними вправами, які здійснюються стихійно у вигляді рухливих і спортивних ігор. Організованими формами занять в початковій школі, в різних спортивних гуртках, секціях та фізкультурно-оздоровчих центрах за даними дослідників (В.В.Петровський, В.В.Добринський) охоплено всього близько 20% учнів.

В шкільній програмі з фізичної культури [71] підкреслюється необхідність виховання у дітей свідомого позитивного ставлення до занять фізкультурою. В програмі поставлене завдання виховання у дітей стійкого інтересу до фізичної культури, формування потреби у фізичному самовдосконаленні.

Формування в дітей звички самостійно займатись фізичною культурою включає:

- виховання у них інтересу до занять фізичними вправами;
- ознайомити їх із знаннями про фізичну культуру, фізіологію, гігієну людини і на їх основі переконати дітей в необхідності систематично займатись фізкультурою;
- практичне привчання дітей щоденно самостійно займатись фізичними вправами в режимі шкільного і позашкільного часу [78, 12].

Прищеплення дітям стійкого інтересу до фізичної культури є важливою вимогою успішного розвитку їх фізичного виховання. Тільки тоді можна набути всебічного розвитку учнів, зміцнення їх здоров'я, покращення фізичних можливостей, коли вони з інтересом відносяться до уроку фізкультури. Головна роль в цій справі відводиться спортивному педагогу і, на нашу думку, недооцінюється власна активність дітей.

Покращення фізичного стану дітей, а отже і їхнього здоров'я, можливе лише при систематичних цілеспрямованих заняттях фізичними вправами, які мають тренуючий режим і носять розвивальний характер. Такими формами у навчальному закладі є уроки фізкультури, секційні заняття і самостійні домашні завдання. За даними опитування дітей, усвідомлюють вплив занять фізкультурою на фізичне і психічне здоров'я, самопочуття близько 7% дітей [76]. Результати наукових досліджень показали, що формування фізичної культури в дітей може стати дієвою формою, яка сприятиме розвитку фізичної підготовленості, тільки за умов зацікавленості молодших школярів заняттями з фізичного виховання (В.В.Добринський, Т.Ю.Круцевич).

Дослідження (С.Ю.Балбенко, С.В.Затока, Т.Ю.Круцевич, В.В.Петровського) також свідчать, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичного виховання мають свої вікові особливості і пов'язані з психічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї та іншими важливими факторами.

Виявлені вікові закономірності формування мотивів та інтересів дітей у галузі фізичної культури і спорту [59], зовнішні і внутрішні фактори, що впливають на мотивацію до занять фізичними вправами для удосконалення свого організму [54], дозволили розробити рекомендації для спортивних педагогів щодо організації і методики проведення фізкультурно-масової роботи з фізичного виховання дітей, щодо корекції програми з фізичної культури і диференційованого підходу до дітей з типологічними особливостями вищої нервової діяльності.

Проте проведені дослідження не вичерпують проблему формування інтересу дітей до фізичного самовдосконалення, а ставлять ряд запитань, які торкаються формування пріоритетів культури фізичного здоров'я і мотивації його покращення, збереження, починаючи з молодшого шкільного віку.

З цього випливає, що проблема формування інтересів дітей молодшого шкільного віку до занять фізичними вправами і спортом має комплексний характер і недостатньо ґрунтовно вивчена, а тому не знайшла повного відображення у психолого-педагогічній теорії і методичній практиці. А такий її аспект, як функціональний вплив психологічних засобів на розвиток мотиваційної сфери дітей практично залишається поза увагою вчених. Це й зумовило вибір **теми дослідження:** «Психолого-педагогічні особливості формування інтересу до занять фізичною культурою та спортом у дітей».

Об'єкт дослідження – інтерес до фізичної культури і спорту у дітей.

Предмет дослідження – особливості формування інтересу в дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити психолого-педагогічні умови розвитку інтересу дітей до занять з фізичної культури і спортом.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан проблеми у педагогічній теорії та сучасній освітній практиці, визначити зміст поняття «інтерес до фізичної культури і спорту».
2. Виявити психолого-педагогічні механізми, вікові особливості та функціональні компоненти інтересу дітей молодшого шкільного віку.
3. Охарактеризувати творчо-розвивальні можливості занять з фізичної культури і спортом дітей молодшого шкільного віку.
4. Визначити критерії та рівні сформованості інтересу до занять з фізичної культури і спортом у дітей молодшого шкільного віку.
5. Науково обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність виявлених педагогічних умов формування інтересу до занять з фізичної культури і спорту в дітей 6-10 років.

Теоретико-методологічну основу становлять: філософська концепція творчої діяльності, зокрема, теорія особистісно-діяльнісного підходу до розвитку дитини; психолого-педагогічні дослідження з питань інтересів учнів; положення про значення емоцій в фізичній діяльності, дослідження з питань формування інтересу до занять з фізичної культури і спортом, положення дидактики про взаємозв'язок навчання і розвитку у навчальній діяльності, а також «Національна доктрина розвитку освіти», «Концепція національної системи фізичного виховання», Державний стандарт початкової загальної освіти (галузь «Фізична культура»).

Методи дослідження. Для досягнення мети та завдань застосовано комплекс різноманітних методів: теоретичні – аналіз, порівняння й узагальнення психолого-педагогічної та методичної літератури, статей у періодичних виданнях, матеріалів наукових досліджень з цієї проблеми; емпіричні – педагогічне спостереження, психологічний аналіз, анкетування, методики діагностики, констатуючий і формуючий експерименти, кількісна та якісна інтерпретація отриманих експериментальних даних.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота проводилася протягом 2024-2025 років на базі ЗОШ №10 м. Тернопіль.

Дослідження здійснювалося у три взаємопов'язані етапи:

На **першому етапі** (2024-2025 навчальний рік) – проаналізовано психолого-педагогічну і методичну літературу з обраної проблематики. Визначено вихідні теоретичні положення, об'єкт, предмет мету, сформульовано гіпотезу дослідження, конкретизовано завдання.

На **другому етапі** (I семестр 2024-2025 н.р.) – проведено констатуючий експеримент: розробка критеріїв та психолого-педагогічна діагностика рівнів сформованості інтересу до занять з фізичної культури і спортом у дітей молодшого шкільного віку; розроблено і обґрунтовано педагогічні умови формування інтересу до занять з фізичної культури і спортом в дітей 6-10

років. З метою перевірки висунутої гіпотези розроблялись шляхи науково-методичного забезпечення формую-чого експерименту.

На **третьому етапі** (II семестр 2024-2025 н.р.) – опрацьовано результати експерименту, проаналізовано та узагальнено емпіричний матеріал, сформульовано висновки, розроблено рекомендації, які втілено у практику фізичного навчання дітей молодшого шкільного віку.

Структура та обсяг роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний обсяг роботи – 90 сторінок.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ДІТЕЙ 6-10 РОКІВ

1.1. Аналіз теоретичних джерел з проблеми дослідження

З давніх-давен передові люди розуміли, яке важливе значення для людини має її прагнення до освіти. Так, уже в XIII столітті класик перської і таджицької літератур Сааді писав, що «учень, який трудиться без бажання, — це птах без крил» [43, 9]. Шлях людства до пізнання цієї істини був довгим, складним і суперечливим.

Інтерес – це «активна пізнавальна спрямованість людини на певний предмет або явище дійсності» [49, 6]. Ця спрямованість пов'язана з «позитивним емоційним ставленням до пізнання об'єкта або оволодіння тією чи іншою діяльністю» [6, 171]. У філософській літературі інтерес розглядається як «форма вияву потреб людини і є важливою категорією для встановлення реальних причин та основних стимулів її діяльності й соціальної активності» [73, 89].

Також інтерес – це «усвідомлене, вибірково позитивне ставлення до чогось, яке спонукає людину проявляти активність для пізнання об'єкта, який її цікавить» [57, 38]. Інтерес характеризується *шириною* (наприклад, до багатьох видів спорту), *глибиною* (прояв спеціального інтересу до одного виду спорту), *стійкістю* (тривалість збереження), *вмотивованістю* (випадковий або свідомий, спеціальний інтерес проявляє людина), *дієвістю* (проявляє людина активність для задоволення інтересу або ж вона пасивна) [40, 21-22].

Інтерес до навчальної діяльності як момент практичної взаємодії дитини з навколишнім світом є результатом специфічних особливостей об'єкта, на який спрямовується інтерес (зміст навчання, його форми і види та ін.). На інтерес до навчальної діяльності впливають також і певні особливості суб'єкта, для якого об'єкт має важливе значення. Інакше важко було б

пояснити, чому за однакових умов у класі є діти, які неоднаково ставляться до навчання.

До особливостей суб'єкта, що визначають його ставлення до реальної дійсності, слід насамперед віднести різноманітні духовні потреби, що мають неоднакові форми вияву: ціннісні орієнтації, почуття, бажання, прагнення. До основних потреб дитини молодшого шкільного віку вчені відносять потреби у пізнанні, діяльності, самоствердженні [10, 62-63].

Навчальна діяльність (як за змістом, так і за формою її організації) повністю задовольняє ці потреби дітей. У цьому неважко переконатися, проаналізувавши ставлення учнів до всієї навчальної діяльності. У перші дні шкільного життя учнів найбільше цікавлять завдання вчителя, які необхідно виконувати. Поступово їхній інтерес поширюється на результати своєї діяльності, хоч всього значення їх вони поки що не усвідомлюють.

Виховання в учнів інтересу до навчальної діяльності — одна з складних проблем психології і педагогіки. Відтак у психолого-педагогічній літературі мають бути здійснені серйозні розробки питань сутності такого інтересу, основних чинників, які зумовлюють його становлення в процесі розвитку особистості. Аналіз досліджуваної проблеми дасть можливість розкрити психологічні умови формування інтересу до навчання як важливого особистісного утворення.

Вітчизняні та зарубіжні філософи й соціологи, які вивчали проблему інтересу, надавали великого значення дослідженню його природи та структури. Наведемо визначення поняття «інтерес» згідно з довідковими джерелами: інтерес — це «спосіб відношення соціального суб'єкта до необхідних умов існування і його розвитку, що виявляється в прагненні створювати й використовувати ці умови» [44, 136], або інтерес людини характеризується таким її станом, «коли в неї виникає підвищена, вибіркова, спрямована пізнавальна потреба більш глибоко і всебічно що-небудь зрозуміти, усвідомити в окремій галузі практики чи теорії і тим самим не

тільки розширити і збагатити свої знання, а й здійснити певні перетворення в навколишньому середовищі» [80, 61].

Інтерес у навчанні є своєрідним «епіцентром активізації навчання, розвитку пізнавальної активності школярів, формування у них позитивного ставлення до процесу й результатів своєї праці» [67, 23]. Уміння щось побачити, здивуватися, захопитися захотіти негайно зрозуміти, що, чому і як відбувається, знайти в собі сили, щоб відшукати відповіді на ці запитання, не відступити перед труднощами, а, діставши відповідь, знову прагнути вперед, у незвідане, — все це, разом узятє, і є інтерес.

Фахівці в галузі психології розглядають інтерес як: вибірккову спрямованість уваги людини [80]; виявлення її розумової і емоційної активності [43]; активатор різноманітних почуттів [24]; особливе поєднання емоційно-вольових та інтелектуальних процесів, що підвищують життєву активність людини [36]; активне пізнавальне та емоційно-пізнавальне ставлення людини до світу [10]; структуру, що складається з потреб [26]; спеціальне ставлення особистості до об'єкту, зумовлене її усвідомленням життєвого значення й емоційною привабливістю [72]. Велика кількість визначень поняття підтверджує його зв'язок з різноманітними психічними процесами.

Великого значення надавали інтересу Й.Герbart, Ф.Дістервег, К.Ушинський. Зокрема, Герbart зазначає, що інтерес вимагає від навчання, щоб воно збуджувало прагнення до спостереження, стимулювало роздуми, розвивало почуття громадянськості та ін. [54, 71].

У працях Дістервега досліджується виховання професійного інтересу. На запитання «що може захопити учня у навчанні, викликати в нього певний професійний інтерес?», він відповідає: «По-перше, закоханість у предмет; по-друге, те, що викликає в учнів бажання до навчання; по-третє, дидактичне викладання предмета; по-четверте, пробудження в учневі почуття і усвідомлення того, що він знає і вміє, щоб він просувався вперед» [76, 25]. Автор переконаний: щоб привернути увагу аудиторії, треба зацікавити її

своєю особистістю, викладацькою майстерністю. Адже це впливає на прагнення викликати інтерес до вчителя і до предмета.

К.Ушинський розглядав інтерес як засіб успішного навчання й морального розвитку особистості. Він говорив: «Розбудіть в людині палкий інтерес до корисного, високого і морального, — і ви можете не хвилюватися — вона збереже людську гідність» [40, 21]. На його думку, інтерес тісно пов'язаний з увагою дитини і зростає тоді, коли має новизну, але новизну цікаву.

В.Язловецький класифікує інтерес за об'єктом дійсності, видом діяльності та ступенем його розвитку [59]. Інтерес, за твердженням автора можна виявити на основі яскравості його прояву. На першому, низькому рівні, він має характер захопленості, йому властиве усвідомлення, домінування емоцій. Такий інтерес нестійкий і нетривалий. На другому рівні інтерес ізольований, йому бракує розуміння логіки при вивченні фактів, явищ дійсності, стимулів до діяльності. У разі ускладнень такий інтерес зникає. Третій рівень — широкий, узагальнений, концентрований інтерес, який характеризується усвідомленням і активністю, розвитком логіки, розумінням фактів і явищ. Але він потребує допомоги сторонніх в організації цілеспрямованої діяльності. Вищий рівень — глибокий, спеціальний, індивідуальний інтерес. Йому властиві найвищий ступінь усвідомлення, різнобічна і систематизована діяльність.

Термін «пізнавальний інтерес» зустрічається в літературі, найчастіше вживається тоді, коли йдеться про діяльність, пов'язану із здобуттям знань. Зокрема, Г.Безверхня стверджує, що інтерес (у тому числі й пізнавальний) можна визначити як «емоційно-пізнавальне ставлення, що виникає водночас з емоційно-пізнавальним переживанням щодо певного предмета, або до безпосередньо мотивованої діяльності, ставлення, яке за сприятливих умов переходить в емоційно-пізнавальну спрямованість особистості» [54, 81-82]. При цьому авторка вважає, що термін «пізнавальний інтерес» є умовним, тому що будь-який інтерес поєднує пізнавальне та емоційне ставлення до

об'єкта і дійсності. На її думку, пізнавальний інтерес — це один із видів інтересу до навчальної діяльності.

А.Дусавицький визначає інтерес як потребу у предметі не заради досягнення бажаних переживань [40-41]. Інтерес ширший і за біологічну потребу. Людина прагне запобігати не тільки хвилюванню, а й потребі як засобу досягнення окремих результатів. Таким чином, інтерес охоплює емоційні взаємини і прагнення до мети.

Проведений аналіз літературних джерел дозволив нам глибше зрозуміти сутність інтересу до навчальної діяльності, виділити основні форми його прояву в учнів через потребу, потяг, бажання, нахил, прагнення, мотив, мету; визначити структуру інтересу, яка складається з інтелектуального, мотиваційного, емоційного і вольового компонентів. Більшість дослідників погоджуються з тим, що інтерес учнів до навчання характеризується певним психічним станом, який залежить від факторів зовнішнього середовища. Він є джерелом активності, стимулом до навчання з метою оволодіння знаннями, уміннями і навичками. До зовнішніх факторів, які забезпечують формування в учнів інтересу до навчальної діяльності, автори відносять особистість вчителя, зміст навчання і методику викладання.

Щоб успішно формувати інтереси школярів, учитель повинен мати уявлення про структуру цього процесу. Структуру пізнавальної активності утворюють три компоненти: мотиваційний, операційний, особистісний [43].

До операційного компонента пізнавального інтересу належать:

- 1) мислительні операції та розумові вміння;
- 2) властивості мислення;
- 3) мовна розумова діяльність [43, 52-53].

Операційний компонент забезпечує процесуальний перебіг пізнавальної активності. Перший підрозділ операційного компонента пізнавальної активності включає такі операції мислення: аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація, активне перенесення, визначення понять, виділення головного, абстрагування, встановлення причинно-наслідкових

зв'язків та логічних міжпредметних і внутрішньо предметних зв'язків, доказ - спростування.

До другого підрозділу належать ті характерні риси мислення, які «закріплюють» у собі прояви пізнавальної активності: самостійність мислення як уміння людини доходити певного висновку, встановлювати важливі закономірності і застосовувати на практиці набуті знання, тобто самостійно міркувати; критичність мислення; конструктивність мислення як уміння знаходити раціональні й оптимальні шляхи розв'язання задачі чи проблеми; перетворювальність мислення як переструктурування, перетворення здобутих знань з метою їх поглибленого осмислення та подальшого конструктивного використання; проблемність мислення як сприйнятливості до суперечностей дійсності, вміння досягнути проблему; сміливість мислення як відсутність страху помилки, прагнення подати свої думки на розгляд інших, навіть за несприятливих обставин; глибина мислення як здатність усвідомити сутність явищ; широта мислення як намагання різнобічного та різноаспектного вивчення явища чи об'єктів; гнучкість мислення як установлення різноманітних логічних зв'язків.

Становлення та розвиток властивостей мислення визначаються сформованістю операцій мислення та розумових умінь. До підрозділу «мовно-розумова активність» операційного компонента включаємо прояви пізнавальної активності в мовній діяльності: вміння передавати зміст матеріалу своїми словами, прагнення урізноманітнювати висловлення своєї думки, логічність і точність мовних висловлювань як уміння формулювати головне, чіткість мовних висловлювань як уміння через слово передавати думку (мовна імпровізація) [24, 167].

Мотиваційному компонентові пізнавальної активності притаманні такі психологічні утворення: загальна спрямованість учня на пізнання, навчальну діяльність, конкретне завдання; позитивне ставлення до пізнавальної діяльності; сформованість навчально-пізнавального інтересу; сформованість пізнавальної потреби як відчуття внутрішньої необхідності в навчально-

пізнавальній діяльності; сформованість пізнавальної ініціативи як дійового початку пізнавальної діяльності; сформованість пізнавальної ініціативи як дійовий вихід за межі заданого, ситуативно потрібного з метою поглибленого або всебічного пізнання [43, 67].

Особистісному (результативному) компонентів пізнавальної активності властиві якості особистості, які стимулюють її прояв та розвиток і самі розвиваються в результаті її функціонування: допитливість як прагнення до глибшого пізнання явищ (намагання пізнати суттєве або невідоме); вдумливість як уміння віднаходити причинно-наслідкові зв'язки в тих чи тих явищах дійсності; схильність до участі в дискусіях; інтелектуальна рефлексія як усвідомлення закономірностей власної пізнавальної діяльності; самовдосконалення — прагнення розвивати в собі якості, які сприяють ефективній розумовій діяльності; самокритичність як уміння виявляти свої вади, визнавати власні помилки; впевненість у собі — відчуття можливості успішно виконати те чи те пізнавальне завдання; почуття власної гідності; відсутність страху помилки як уміння гальмувати захисні механізми, що блокують прояв активності; вміння відстояти власні погляди в дискусії; схильність до особистісного самовияву — прагнення розкрити свої можливості у пізнавальній діяльності; ініціативність особистості як схильність виявити пізнавальну активність за власним почином.

Теоретичний аналіз проблеми дав змогу дійти висновку, що основними моментами пізнавальної активності є: потреба особистості в пізнанні; прагнення до самовияву в пізнанні; пізнавальна ініціатива особистості; надситуативність при самовияві; перетворювальність мислення особистості з метою творчості чи поглибленого пізнання.

У сильних учнів їхні успіхи заважають бути їм самокритичними, а самопіднесення сприяє становленню зверхнього ставлення до інших. Подібна психологічна ситуація також гальмує процес самовдосконалення. Отже, від того, яку внутрішню позицію щодо своїх досягнень та невдач схильний займати учень — сильний у навчанні чи слабовстигаючий, — залежить його

самовияв у пізнанні та особистісне зростання з проявом пізнавальної активності. Треба враховувати і те, що надто велика самокритичність теж стає гальмом самовияву та активності і сприяє розвиткові захисних механізмів особистості [65, 96-97].

На становлення пізнавальних інтересів впливає й вид спрямованості особистості. А.Прохоров виділяє три види спрямованості особистості: спрямованість на себе (егоїстична спрямованість); спрямованість на взаємодію (колективістська спрямованість); спрямованість на завдання (ділова спрямованість) [72, 42-43].

За вираженої спрямованості на себе переважають мотиви власного благополуччя, прагнення до престижу, першості. Людина зайнята переважно собою, мало реагує на потреби оточуючих. У роботі вона шукає передусім можливості задовольнити свої претензії, потреби, примхи. Отже, надто виражені егоїстичні мотиви можуть сприяти вияву пізнавальної активності лише ситуативно.

Якщо в учня переважає спрямованість на взаємодію, то в ієрархії мотивів перше місце посідають мотиви спілкування, прагнення підтримувати приємні стосунки з оточенням. Учень виявляє інтерес до спільної діяльності. Але така ситуація в мотиваційному полі не завжди сприятлива для успішного розв'язання навчального завдання. За мотиваційного спілкування можливі становлення мотивації творчості і розвиток пізнавальної активності, якщо в цій сфері відбувається самовияв особистості або інший продуктивний психологічний феномен, що мотивує на творчість та активність.

Спрямованість на завдання характеризується переважанням мотивів, що породжуються самою діяльністю. То й сам процес діяльності або творчості стає приємним для особистості. Такий учень прагне до якомога більшої продуктивності в діяльності й співробітництва, але не задля спілкування, а з метою досягнення найвищої результативності. Зрозуміло, що найбільш сприятливою умовою становлення та розвитку пізнавальної активності є переважання «спрямованості на завдання». Дитина отримує

задоволення саме тому, що прагне досягти продуктивного результату, реалізуючи усі свої здібності та можливості. До цього мотиву діяльності додаються вищі мотиви, зокрема духовні потреби.

За домінування спрямованості на себе учневі можна запропонувати творчі завдання, які задовольняють його потребу спрямованості на себе, коли він переживає творче натхнення. Отже, на основі одних мотивів формуватимуться інші, вищі за своєю психологічною природою, поступово витісняючи попередні. Це ж стосується і мотивів спрямованості на спілкування. Групі дітей можна запропонувати творчі завдання, які вони виконуватимуть у ході спілкування. Спрямованість на завдання тісно поєднується з самовиявом і пізнавальною активністю особистості.

За допомогою аналізу структури пізнавальної активності виділено чотири чинники, за якими розподіляються всі її складові [44]. До першого чинника увійшли всі мислительні операції та якості мислення, а також ті риси особистості, формування яких залежить від розумової діяльності. Це такі складові, записані в порядку зменшення їх факторної ваги: критичність мислення, різноманітність формулювання проблем, передбачення, доведення спростування, логічність, уміння передати думку своїми словами, встановлення міжпредметних зв'язків, точність висловлення, виділення головного, конструктивність мислення, активне перенесення, систематизація, встановлення причинно-наслідкових зв'язків, визначення понять, широта мислення, самостійність мислення, сміливість мислення, глибина мислення, гнучкість мислення, проблемність мислення, аналіз мислення. Сюди увійшли також складові особистісного (результативного) компонента: допитливість, вдумливість, упевненість у собі, організованість, почуття власної гідності, потреба у самореалізації, інтелектуальна рефлексія. Ці особистісні риси належать до чинника «Операціональність», тому що функціонують завдяки сформованості мислительних операцій та розумових умінь.

До другого чинника увійшли усі ті складові структури пізнавальної активності, які характеризують вияв активності за взаємодії з іншими

людьми чи в складних ситуаціях. Це такі риси: прагнення до дискусії, ініціативність, сміливість мислення, пізнавальна ініціатива, широта мислення, вміння відстоювати свої погляди. Як бачимо, дві важливі якості пізнавальної активності – ініціативність (особистісний компонент) та пізнавальна ініціатива (мотиваційний компонент) – утворили спільний чинник «ініціативність — пізнавальна ініціатива». Третій чинник позначений як «самокритичність», адже ця риса особистості має надто велику факторну вагу в ньому.

Самокритичність належить до особистісного (результативного) компонента пізнавальної активності, а в окремий чинник у процесі факторного аналізу вона виділилася тому, що детермінує саморозвиток людини. Ця риса зумовлює саморозвиток не лише особистості загалом, а й, зокрема, її розумової діяльності. Зазначмо, що учень успішно розвивається тоді, коли усвідомлює свої вади і намагається їх позбутися. Однак надто акцентована самокритичність може стати деструктивною силою і заблокувати вияв активності — особливо якщо вона поєднується зі зниженою самооцінкою.

Проблемою формування інтересу до фізкультури та спорту цікавилися С.Балбенко [11], О. Козленко [48-50], Н. Хоменко [78], Б.Шиян [81-82]. Авторами досить детально висвітлені питання потреб і мотивів фізичного виховання, зроблено аналіз методів і прийомів, які суттєво сприяють вихованню у молодших школярів інтересу до занять фізичною культурою і спортом.

У науковій літературі окремі аспекти емоційно-позитивного впливу в системі фізичного виховання дітей знайшли певне висвітлення. Перш за все, привертають увагу теоретико-методичній праці в яких обґрунтовані шляхи підвищення ефективності навчально-виховного процесу на уроках фізичної культури. Однак, найменш дослідженими залишаються питання, які стосуються дидактичних засад оптимізації фізичного виховання дітей, досі не

вирішено ряд питань про введення інтересу до фізкультури і спорту в систему педагогіки спорту.

Інтерес дитини до фізичної культури і спорту виявляється в її емоціях. В дослідженнях М.Козленка, О.Остапенка, В.Соколова розглянуті питання емоційного клімату, який необхідний для створення інтересу молодших школярів до занять фізичної культури. Автори виділяють позитивні емоції, пов'язані зі школою; емоції, що породжені спілкуванням з вчителем, тренером, стосунками з однокласниками; емоції, що виникають під час тренувальних завдань [48]. Вони підтверджують, що позитивні емоції мають великий вплив на мотиви та закріплення інтересу до фізичної культури.

Отже, інтерес – це складне психологічне утворення, що є процесом ініціативного перетворення учнем предмета або явища, з метою його глибшого пізнання, вдосконалення, вияву особистісних якостей і властивостей у навчальній діяльності.

1.2. Особливості розвитку дітей 6-10 років

Молодшим шкільним віком, згідно загальноприйнятої вікової періодизації, називається період життя дітей від шести до десяти років. При визначенні його меж враховуються особливості психічного і фізичного розвитку дітей, береться до уваги перехід їх від ігрової до учбової діяльності, яка стає і у цьому віці провідною, визначається істотна роль оволодіння навичками спілкування у процесі засвоєння структурних компонентів провідної діяльності віку.

Особистість молодшого школяра формується під впливом провідної діяльності – учіння. Тому «усі характеристики та особистісні якості у молодшому шкільному віці доцільно характеризувати саме через призму навчальної діяльності» [24].

У процесі керованої учбової діяльності відбувається розумовий розвиток молодших школярів, виникають зміни в структурному складі розуму школярів, у співвідношенні його основних компонентів. Зростає роль

одних структурних одиниць, або компонентів, зменшується роль інших, змінюються їх співвідношення. У структурі розумової діяльності першокласників спочатку провідними є компоненти сприймання і пам'яті. Третє місце посідає мовлення, четверте — мислення і п'яте — фантазія.

Під впливом навчання в інтелекті учнів перших і других класів підвищується питома вага мислительних і мовних компонентів. Змінюється і їх взаємозв'язок [35]. У третьокласників провідними стають мислительні і мовні складові. Третє і четверте місце посідають компоненти пам'яті й фантазії. Тенденція до зміцнення взаємозв'язків компонентів розумової діяльності учнів виявляється у формуванні в них перших узагальнених розумових дій, способів їх виконання, які переносяться з однієї навчальної ситуації в іншу, з одного навчального предмета на інший. Вони є компонентами вміння вчитися, що починає складатися в учнів молодших класів (О.Я.Савченко).

До ознак, за якими можна судити про розумовий розвиток учнів, належать такі, як якість знань, вміння застосовувати їх у навчальній роботі, орієнтування у матеріалі, самостійне набування знань, знаходження нових способів навчальної роботи, темп і легкість засвоєння нового матеріалу, а також міцність запам'ятовування матеріалу, самостійна постановка запитань, які логічно випливають з відомих у задачі співвідношень, знаходження можливих способів розв'язування нових задач, виділення серед них найраціональніших і т.п.

Ці ознаки доповнюються показниками розвитку окремих сторін інтелекту. Такими є точність зорового, слухового, дотикового сприймання, повнота і детальність описування картини, яку дитина бачить уперше, способи свідомого запам'ятовування навчального матеріалу (групування його під час запам'ятовування, самоконтроль під час заучування тощо), здатність помічати помилки або неточності в міркуваннях ровесників, гнучкість мислення, що виявляється в доцільному варіюванні способів дій, легкість і швидкість переходу від мислення, що спирається на реальні або

зображені предмети, до мислення з опорою на графічні схеми, числові й буквені формули [1].

У розумовому розвитку в учнів початкових класів є індивідуальні відмінності. Вони виявляються в загальних здібностях учитись і в спеціальних здібностях (до математики, малювання, музики, технічного конструювання та ін.). Індивідуальні відмінності проявляються в швидкості виконання навчальних завдань, в їх якості, в успішності, хоч остання залежить не тільки від здібностей учнів, зокрема від їх ставлення до навчання, уміння вчитися.

Для визначення рівнів розумового розвитку молодших школярів шкільні психологи мають користуватися різними методами діагностики, включаючи і тести. Наявність індивідуальних відмінностей у темпі роботи та якісних особливостях розумового розвитку молодших школярів вказує на важливість індивідуального підходу до них у процесі навчання. Завдання його полягає не в тому, щоб нівелювати ці відмінності, а в тому, щоб допомогти кожному учневі успішно вчитися, оволодівати знаннями, вміннями і навичками відповідно до його можливостей.

Н.О.Менчинська, О.В.Скрипченко звертають увагу на потребу вивчати особливості учнів, які не належать до розумово-відсталих, але відстають в навчанні через невисокий темп виконання навчальних завдань, повільність мовлення тощо [24]. Через цю повільність вони не можуть справлятися із завданнями, відразу відповідати на поставлені вчителем запитання. Такі учні потребують більше часу на обдумування й відтворення. Тривалі паузи відповідях, повільне мовлення таких учнів нерідко викликають сміх у класі, що негативно позначається на їх самопочутті, впевненості в своїх силах. На уроці такі учні, як правило, пасивні, складається думка ніби вони мало здатні до навчання. Внаслідок цього в них знижується інтерес до навчання, формується Я-образ з перевагою негативних якостей, заниженою самооцінкою, з неповагою до себе.

Майже всі першокласники приходять до школи з бажанням учитися, у них більш-менш успішно проходить адаптація до школи. Проте, з часом у частини молодших школярів відбувається «шкільна дезадаптація», яка виявляється у відхиленнях у навчальній діяльності — відставання у навчанні, недисциплінованість, конфлікти з ровесниками тощо.

Виявлені три основних причини «шкільної дезадаптації» молодших школярів: 1) коли в учня процес формування навчальних умінь і навичок проходить важко, непродуктивно, учень починає відставати від навчальної програми, а вчитель і батьки не враховують індивідуальні особливості дитини; 2) коли дитина не вміє доволіно регулювати свою поведінку, увагу, адекватно сприймати вимоги, коли учень виконує навчальні завдання не за власною ініціативою, а внаслідок зовнішньої стимуляції (коли її лають, змушують). Подібне виявляється у емоційної дитини, яка відзначається високою чутливістю, збудливістю, неадекватністю переживань. Такий учень, як правило, неуважний, загальмований; 3) коли дитина ослаблена, часто хворіє, втомлюється, невитривала, пасує перед труднощами, недооцінює свої можливості [14].

Основним джерелом емоцій у молодших школярів є учбова та ігрова діяльність. Формуванню почуттів сприяють успіхи і невдачі в навчанні, взаємини з ровесниками і батьками, читання художньої літератури, сприймання телепередач, кінофільмів, інтелектуальні ігри і т.п. В.Аверін відмічав, що вже 6-7-річні діти досить добре усвідомлюють свої переживання, які зумовлені оцінкою дорослих [1].

До емоційної сфери особистості молодших школярів належать переживання нового, здивування, сумніву, радощів пізнання, які стають основою формування пізнавальних інтересів, допитливості учнів. Групові заняття та ігри сприяють розвитку в учнів моральних почуттів і формуванню таких рис характеру, як відповідальність, товариськість.

Розвивається в учнів усвідомлення своїх почуттів і розуміння їх виявлення в інших людей. Проте, першокласники не завжди правильно

сприймають зовнішні вияви страху й гніву, а також доброзичливого й недоброзичливого ставлення дорослих один до одного. У 2 і, звичайно, у 3 класі учні здебільшого адекватно наслідують виявлення почуттів дорослих і переносять їх у взаємини з однолітками. Іноді вони переймають негативні способи виявлення почуттів, наприклад, погані манери [44].

Для молодших школярів загалом характерним є життєрадісний, бадьорий настрій. Причиною афективних станів, які іноді бувають у них, є розходження між домаганнями і можливостями задовольнити їх прагнення домогтися високих оцінок своїх якостей і дійсним ставленням ровесників до нього. У такій ситуації він може виявити грубість, агресивність, інші форми емоційної нестійкості. Якщо вчитель і батьки залишають такі випадки без належної уваги, то вони можуть призвести до ізоляції дитини в колективі, формування в неї негативних рис характеру.

Молодші школярі емоційно вразливі. У них відбувається подальша диференціація сором'язливості, яка виявляється в тому, як діти реагують на людину, оцінка якої має певне значення для них. Розвивається далі почуття самолюбства, що виявляється в гнівному реагуванні на будь-яке приниження їх особистості й позитивному емоційному переживанні визнання тих чи інших позитивних їх особистих якостей [28].

У першому класі спілкування з ровесниками та старшими дітьми, роль учителя у вихованні моральних почуттів особливо важлива. Провідна роль його зберігається і на наступних етапах навчання учнів, але поряд з цим зростає й значення як фактора формування в учнів моральних почуттів, зокрема почуття дружби, товариськості, обов'язку, гуманності.

У молодшому шкільному віці розвивається почуття симпатії. Воно відіграє важливу роль в утворенні малих груп та позакласних об'єднань. У дівчаток 10—12 років більше проявляється турбота і співчуття, ніж у хлопчиків цього віку. За цими показниками хлопчики наздоганяють дівчаток переважно у юнацькому віці [24].

На емоційний стан молодших школярів впливають взаємини у сім'ї та жорстоке ставлення батьків до дитини (відмовлення у задоволенні потреб дитини, яке супроводжується сильною неприязню; зайва холодність батьків, нездатність їх відповісти на спроби дитини спілкуватись з батьками; прилюдне приниження дитини; загроза застосовувати фізичне насилля, яка викликає страх у дитини; заборона спілкуватись з ровесниками чи брати участь у родинних заходах тощо).

Помітних успіхів досягають молодші школярі в набуванні здатності здійснювати цілеспрямовані дії, долати при цьому зовнішні та внутрішні труднощі. Формуванню їх вольових якостей сприяє передусім шкільне навчання, яке вимагає від учнів усвідомлення й виконання обов'язкових завдань, підпорядкування їм своєї активності, довільного регулювання поведінки, вміння активно керувати своєю увагою, слухати, думати, запам'ятовувати, узгоджувати свої потреби з вимогами вчителя.

Підвищена емоційна збудливість негативно впливає на волю і особливо на самоуправління. Для деяких молодших школярів характерна нестримність бажань, мінливість настрою, яким вони не можуть керувати. Негативно позначається на формуванні вольових рис характеру молодших школярів прагнення наслідувати інших, особливо «сміливих» і «відважних» однолітків і старших, не розбираючись що у їхній «смілливості» і «відважності» добре і що погано. Природно, що моральні критерії у молодших школярів ще не досить визріли, і тому потрібна допомога вчителя та батьків.

Виховувати волю дитини означає: 1) організовувати її діяльність, навчати розумної поведінки, тренувати в хороших вчинках; 2) формувати здатність до інтенсивної й систематичної роботи, до переборення труднощів у житті і праці; 3) виробляти звичку завжди і в усьому бути енергійною, рішучою, наполегливою людиною; 4) прищеплювати вміння підпорядковувати свою діяльність свідомо поставленим цілям, переборюючи сторонні бажання, страх, лінощі тощо [30, 37].

Молодші школярі піддаються навіюванню. Учні 1-2 класів легко наслідують не тільки хороші, а й погані вчинки. У подоланні поганих вчинків важливу роль відіграють індивідуальна, виховна робота з неофіційними лідерами груп та правильно поставлені дорослими вимоги до молодших школярів (О.В. Скрипченко [24]).

Правильно ставити вимоги — досить складна річ. Якщо не виявити терпіння, такту й оперувати лише наказами (зроби те, збігай туди і т.п.), то можна викликати негативізм. Вимоги тут мають визначатися не міркуваннями власної зручності, а перспективою виховання повноцінної людини. Форма вимог буває різною: нагадування, заклик до дії, застереження, заборона. Всяка вимога мусить бути: 1) правильною, бо непродумані, нерозумні вимоги можуть лише зашкодити вихованню; 2) зрозумілою для учня, до того ж висловленою коротко, бо багатослів'я знижує спонукальну силу і затемнює зміст; 3) посильною для дитини, бо непосильні вимоги призводять до невдач, породжують невпевненість і слабовілля; 4) безапеляційною, рішуче висловленою, без натяку на упрощування, яке шкідливо впливає на учня; 5) висловленою спокійним, доброзичливим тоном, цілком серйозно — крик, роздратованість, глузування неприпустимі, бо викликають протидію та інші небажані реакції.

На формуванні вольових та інших якостей особистості молодшого школяра позначається тип його нервової системи, що є основою його темпераменту [28, 74-75]. Діти із сангвінічним темпераментом характеризуються легкою збудливістю почуттів. Діти цього темпераменту швидкі й рухливі, але меншою мірою, ніж сангвініки дорослі.

Діти холеричного темпераменту характеризуються легкою збудливістю почуттів, силою й стійкістю їх у часі. У групах вони часто виділяються прагненням до самоствердження, люблять організовувати ігри, охоче включаються у громадську роботу. За правильних умов виховання ці діти виявляють активність і наполегливість у роботі, а за неправильних — стають неслухняними, запальними, образливими.

У дітей флегматичного темпераменту почуття важко збуджувані, однак тривалі і стійкі. Молодший школяр-флегматик повільний, він здебільшого неохоче спілкується, часто нехтує справами, що вимагають від нього швидкості, турбот, зайвих рухів. Така спокійна дитина здебільшого уникає доручень, діставши їх, виконує з бажанням, але не поспішаючи, дотримується порядку, організованості. Дитина-флегматик ухиляється від конфліктів, її важко образити, але коли вступає в конфлікт, то переживає глибоко, хоч зовні це не виявляється так яскраво, як у дітей інших типів.

Діти з меланхолійним темпераментом надзвичайно чутливі, почуття у них виникають легко, вони міцні і стійкі у часі. Такі діти здебільшого сором'язливі, малоактивні, важко пристосовуються до нових обставин. Вони відзначаються хворобливою вразливістю, швидкою втомлюваністю, невпевненістю в своїх силах, поганою пристосованістю до нових обставин, зниженим настроєм, острахом перед труднощами. Меланхоліки скаржаться на ровесників, бояться образ, плачуть і намагаються гратися самотньо. Вони часто розгублюються при опитуванні, хоч і мають хороші знання.

Під впливом навчання і виховання у дітей молодшого шкільного віку формуються такі риси характеру, як цілеспрямованість, охайність, любов до праці тощо. Важливою умовою формування рис характеру є життя учнів у шкільному колективі, їх участь у дитячих організаціях [58].

Положення про те, що формування особистості відбувається головним чином у взаєминах з однолітками, товаришами по навчанню і дорослими, що оточують її, є незаперечним у психології. При цьому підкреслюється першорядна роль відносин учнів у групі чи колективі, в якому вони постійно займаються навчальною діяльністю, грою тощо. Успіх у формуванні рис характеру в молодших школярів залежить від багатьох умов, серед яких провідне місце належить єдності вимог школи і родини, позитивному прикладу дорослих, розумному застосуванню ними заохочень і покарань.

Оцінні судження у молодшому шкільному віці займають важливе місце і виконують різну функцію. Оцінні судження батьків, учителів та інших

дорослих про дітей цього віку є засобом корегування не тільки навчальних дій, а й моральних вчинків учнів. Оцінні судження учнів, які вони висловлюють по відношенню до ровесників та дорослих, є важливою умовою розвитку в учнів самооцінки. Оцінні судження дорослих про учнів мають свої особливості. З боку батьків мають переважати позитивні оцінні судження навіть по відношенню до тих дітей, які не встигають у навчанні. Це необхідно для того, щоб запобігти появі комплексу неповноцінності.

Уважного індивідуального підходу потребують діти, які вчаться посередньо. Однак нерідко учень, який одержав посередню оцінку, затратив більше зусиль, ніж той, якому поставили найвищий бал. Тому вчителю важливо помічати зусилля «середнього» учня, його ставлення до учіння, й відповідно оцінювати їх. Окрилений заслуженою похвалою, він, як правило, починає значно краще вчитись і поводитись, поступово змінювати негативне ставлення до учіння і учителя [53].

Індивідуального підходу потребують і ті вихованці, самооцінка яких завищена або занижена. Якщо учень занадто високої думки про себе, бажано більше уваги звертати на його недоліки в роботі, щоб він усвідомив: ставлення до нього визначається справжніми, а не бажаними успіхами. Ті школярі, які недооцінюють себе, природно, потребують підкреслення навіть ледь помітних успіхів. А якщо вони розгублені від невдачі, вчителю треба показати їм, що він у них вірить і чекає нових досягнень у навчанні і поведінці. Таким чином, усвідомлювання себе здійснюється як завдяки судженням інших, так і оцінці учнем власної учбової і трудової діяльності.

У молодших школярів формується самоповага до себе. Зважаючи на зв'язок самоповаги з успіхами у навчанні, деякі вчителі намагаються часто хвалити своїх учнів, щоб сформувати у них повагу до себе. Помірна похвала корисна для розвитку «Я-образу», але та, яка не відповідає успіхам дітей, може привести дітей до думки, що в кожній справі їм нема рівних. У таких дітей можуть сформуватись такі риси, які створюють проблеми у спілкуванні з ровесниками і вчителями, призводити до соціальної байдужості.

У процесі навчання здібності в учнів не тільки використовуються, а й розвиваються. Виробляються уважність, спостережливість, якості пам'яті, мислення й мовлення, а також емоційні й вольові властивості. Розвиток цих компонентів відбувається в молодшому шкільному віці нерівномірно. Повільніше розвиваються перцептивні, мнемічні компоненти, порівняно більших прогресивних змін зазнають якості, пов'язані з уявою, мисленням та мовленням. Формуються й емоційні, вольові компоненти здібностей учнів. До них належать упевненість, наполегливість, самоконтроль у роботі, терпеливість, витримка, здатність чинити опір навіюванню [36].

Індивідуального підходу потребують усі учні, як сильніші, так і слабші. Здібні до навчання учні, як правило, легко засвоюють знання, уміння й навички, але іноді зазнаються (особливо, коли їх дуже захваляють), що негативно позначається на їх успіхах і розвитку здібностей. Особливої уваги потребують учні, що відзначаються невисокою здатністю вчитися, відстають у навчанні. Серед невстигаючих, звичайно, виділяють такі групи: діти педагогічно занедбані; ті, що перенесли захворювання у передродовому періоді свого розвитку, при народженні чи в самому ранньому віці, що значно знизило їхню здатність учитися; діти з ослабленою, внаслідок захворювання, працездатністю та ін.

Морально-етичні якості формуються протягом всього життя особистості, але їх основна частина закладається ще у дошкільному та молодшому шкільному віці. Цілком зрозуміло, що нарівні понять згадані якості ще не формуються у молодших школярів, але діти цього віку вже мають деякі уявлення, пов'язані з вічними цінностями та їх антиподами (доброта-жорстокість, чесність-нечесність тощо) [24].

Вивчаючи оцінювання школярами здатності до самовиховання моральних якостей, які їм імпонують, А.Прохоров виділив дві групи третьокласників: перша — з адекватним чи близьким до них і друга — із різко завищеними або заниженими самооцінками та оцінками взірців [72]. Учні першої групи досить високо розуміють важливість наслідування ідеалу.

Вони переживають свою невідповідність взірцю. Для третьокласників другої групи значимість ідеалу не викликає прагнення до самовдосконалення: обраний моральний взірець стає лише об'єктом захоплення.

Молодші школярі вживають терміни, зв'язані з моральними якостями але далеко не всі учні розуміють їх зміст, далеко не всі ці терміни входять у механізм регуляції поведінки. Так, 77% молодших школярів вживає термін чесність, 75% — доброта, 60%— сміливість і боягузство, 50% — нечесність тощо. Молодші школярі схоплюють і запам'ятовують ці та інші терміни у типових ситуаціях. Але рівень розуміння цих термінів у них ще низький.

Моральні норми правил поведінки успішно засвоюються молодшими школярами, коли учитель не тільки розкриває їх зміст, на конкретних прикладах показує, як їх треба виконувати (як вітатися з товаришами, старшими і т.п.), а й ретельно стежить за неухильним виконанням, залучає колектив до участі в контролі за дотриманням правил його членами. Успіх засвоєння учнями цього віку моральних норм і правил поведінки залежить від того, як ставиться вчитель до випадків їх невиконання і якою мірою його підтримують колектив і батьки.

Великого значення для гармонійного розвитку набуває вироблення у молодших школярів життєво важливих фізичних якостей: спритності, сили, швидкості, витривалості, гнучкості, а також уміння доволі розслаблювати м'язи. У дітей віком 6-10 років відбуваються найбільш істотні зміни в розвитку координації рухів. За своєю структурою мозок дитини вже наближається до структури мозку дорослої людини: об'єм коркових полів рухового аналізатора становить близько 80%, а підкоркових утворень — 95% об'єму дорослої людини. Від 7 до 12 років швидко розвивається руховий аналізатор, поліпшується диференційна здатність зорового аналізатора. У 8—12 років рухливість нервово-м'язової системи досягає норми дорослої людини [55]. Таким чином, дітям можна і потрібно давати якомога більше вправ для виховання координації рухів. При цьому важливо вдосконалювати

в них м'язове чуття — розрізнення темпу і амплітуди рухів, напруження і розслаблення м'язів, відчуття часу і простору.

Для виховання координації рухів використовуються різні поєднання елементарних рухів рук і ніг, що поступово ускладнюються, танцювальні рухи — ритмічна ходьба, ходьба і біг у різних комбінаціях; стрибки через різні перешкоди; вправи з великим м'ячем — передавання, перекидання з ловінням та ін.

Метання в ціль, вправи з малим м'ячем — удари об підлогу, кидки об стінку з ловінням, підкидання і ловіння м'яча з різними додатковими рухами; складні маніпуляції з іншими дрібними предметами — паличками, кільцями, кубиками тощо сприяють вдосконаленню здатності до точних рухів, а також кращому оволодінню технікою письма і малювання, а головне, як показали останні наукові дослідження, позитивно впливають на розвиток мови і розумової діяльності дитини [75].

Одним з проявів спритності є вміння зберігати рівновагу тіла в статичному положенні і під час руху. Основні вправи для виховання рівноваги в молодших школярів — ходьба по лаві і колоді різними способами, з додатковими ускладненнями, інші елементи гімнастики та ігри.

У дітей, що прийшли до школи, краще розвинуті м'язи тулуба, ніж кінцівок. Під впливом фізичних вправ сила розгиначів тулуба швидко зростає тільки після 9 років. У період з 8 до 9 років спостерігається найбільший приріст сили згиначів кисті і передпліччя, розгиначів передпліччя, литкових м'язів. Потім у період від 9 до 11 років приріст сили цих м'язів поступово зменшується і знов починає збільшуватися після 11 років [39, 48].

Для розвитку у молодших школярів сили застосовують, головним чином, динамічні вправи. Слід стежити, щоб навантаження не були граничними, оскільки максимальні напруження і граничні за об'ємом навантаження пов'язані з великими енергетичними затратами, а це може призвести до загальної затримки росту. Вправи на розвиток сили не повинні викликати тривалого напруження. Посилене напруження викликає

підвищення внутрішнього грудного тиску, що веде до здавлювання порожнистих вен і утруднює доступ крові до серця. Внаслідок підвищення внутрішньолегеневого тиску відбувається здавлення легневих капілярів, погіршується легневий кровообіг, а це може призвести до анемії мозку й непритомність. Отже, для розвитку сили рекомендуються ігри, що вимагають короткочасних швидко-силових напружень і помірних навантажень.

У період від 6—7 до 9—11 років найшвидше зростає відносна сила м'язів (у перерахунку на 1 кг ваги тіла). Показники відносної сили в цьому віці ближчі до показників 20—30-річних людей. Звідси випливає висновок, що діти легко можуть виконувати різні вправи на лазіння в похилому та вертикальному напрямках по лаві, гімнастичній стінці, канату, з поступовим збільшенням кута нахилу, за допомогою рук і ніг [60].

Молодшим школярам необхідно також давати вправи для розвитку силової витривалості. Для виховання статичної витривалості молодших школярів використовуються різні вправи на досить тривале утримання певних поз: мішані виси та упори, стояння на носках, вправи з рівноваги на одній нозі та ін. Вправи для розвитку витривалості динамічного характеру — багаторазові повторення згинання і розгинання рук у положенні мішаних висів і упорів, присідання тощо. Фізичні навантаження для розвитку силової витривалості даються з урахуванням індивідуальних можливостей учнів, які в них не однакові.

Під час виховання швидкості ставляться два основних завдання: збільшення швидкості поодиноких простих рухів і частоти рухів у локомоторних діях, тобто діях, пов'язаних з переміщенням усього тіла в просторі [74]. Прості рухові реакції — це відповідні рухи на раптові відомі сигнали. У житті вони мають велике значення під час дій, наприклад, у важкій місцевості, при керуванні механізмами. Можливий досить швидкий перехід від уже вироблених рухових реакцій до нових їх видів: люди, які швидко реагують в одних умовах, швидко реагують і в інших. Це дуже важливо, адже швидка реакція часто рятує людині життя.

Велике значення мають для життя людини і складні рухові реакції. Основні з них — реакція на об'єкт, що рухається, та реакція вибору. З метою вдосконалення в дітей здатності швидко вловлювати очима рухомий предмет, використовуються рухливі ігри з великими і малими м'ячами, воланами тощо. Вправи можна ускладнити за рахунок збільшення швидкості та раптовості кидків або скорочень дистанції між гравцями. Поступово у дітей виробляється вміння передбачати наперед напрям і швидкість руху предмета за діями того, хто кидає, вдаряє. Одночасно розвиваються і швидкість відповідного руху, його точність [53].

Виховання частоти рухів під час ходьби, бігу, плавання, лижних походів проводиться двома способами: виконанням з максимально можливою швидкістю руху в цілому та вдосконаленням швидкості окремих елементів руху (відштовхування, маху ногою та ін.). Для молодших школярів рекомендуються ігри-вправи з раптовими зупинками, з подоланням невеликих відстаней за якнайкоротший час.

Крім розвитку швидкості, до завдань фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку входить також формування у них здатності виконувати швидкісну роботу якомога триваліший час. Витривалість під час виконання швидкісної роботи визначається багатьма факторами, головні з яких — функціональні можливості різних систем організму, стійкість проти несприятливих змін у внутрішньому середовищі організму і центральній нервовій системі, що виникають під час тривалої напруженої роботи, фізичних вправ [79].

Розвитку витривалості сприяють вправи, які дають загальне фізичне навантаження на організм дитини, трохи більше за те, до якого вона звикла. Виконуючи такі вправи, дитина поступово адаптується до стану стомлення, набуває здатності виконувати той чи інший рух (біг, серії стрибків тощо) триваліший час, а потім швидко відновлювати свої сили.

Вчителі фізичної культури повинні добре знати стан розвитку фізичних якостей дітей. Оцінити його можна за допомогою спеціальних тестів

(контрольних випробувань). Тестами для перевірки та оцінки розвитку фізичних якостей молодших школярів можуть бути природні рухи — біг, стрибки, метання з місця, а також розгинання тіла в положенні стоячи, нахилившись уперед; стискування кистей рук та ін. Вимірювання виконується за допомогою найпростіших інструментів — спеціальної стрічки, секундоміра, станового та ручного динамометрів. Результати, показані дитиною, зіставляють з умовними нормативами країни, області, міста і роблять висновки щодо розвитку фізичних якостей.

1.3. Педагогічні умови формування інтересу до занять з фізкультури в учнів початкових класів

З початком навчання дитини в школі відбувається зміна провідного виду діяльності – ігрова діяльність змінюється навчальною. На уроках фізичної культури процес зміни видів діяльності відбувається своєрідно. На початку навчання діти ставляться до цих занять переважно як до гри, до наданої їм можливості порухатися, чим задовольняють природну потребу в рухах. Остання значно зростає у зв'язку з тим, що дітям з початком навчання в школі доводиться незвично тривалий час проводити за партою.

У той же час на уроках фізкультури має місце педагогічно керована навчальна діяльність. Вона ставить учня перед необхідністю докладати зусилля, щоб оволодіти певними руховими навичками, розвинути спритність, швидкість, силу тощо [59]. У вільній рухливо-ігровій діяльності діти також засвоюють знання, навички й уміння. Однак засвоєння відбувається непомітно для дитини, без спрямування на це уваги і вольових зусиль. Під час уроків учні оволодівають руховими діями й знаннями про правильне їх виконання, а також засвоюють відомості про значення занять фізкультурою та правильного режиму для всебічного розвитку і зміцнення здоров'я. Завдяки цьому в молодших школярів поступово формується свідоме ставлення до фізичного виховання.

Період початкового навчання посідає особливе місце у виникненні й

розвитку в школярів інтересу до фізичної культури. На цей процес впливають батьки, учителі, учнівські організації, засоби масової інформації, художня література тощо [33, 30-31].

Більшість авторів [2, 7, 17, 27, 33, 45, 46, 48, 56, 67 та ін. виділяє три рівні (етапи) розвитку інтересу у молодшому шкільному віці.

Нижчим, елементарним рівнем розвитку інтересу є безпосередній інтерес до нових фактів, нових видів діяльності. При цьому в школяра виникає емоційно-пізнавальне ставлення до предмета, явища, діяльності, яке протікає у вигляді епізодичного переживання. Якщо далі не створювати умов, що сприяють стимулюванню в учнів позитивного ставлення, то інтерес не розвиватиметься і може згаснути. Нижчий рівень інтересу до занять фізкультурою спостерігається у першокласників на початку навчального року. В цей період два мотиви спонукають дітей до рухової активності. По-перше, проявляється природна потреба в руховій активності, обсяг якої значно зменшується з початком навчання в школі. По-друге, виникає безпосередній інтерес до змісту уроків фізичної культури, до новизни рухової діяльності, яка здійснюється колективом класу під керівництвом учителя. Досвід свідчить, що в деяких учнів внаслідок незадовільної навчально-виховної роботи з фізичної культури в молодших класах окремих шкіл початковий рівень інтересу до цього предмета не набуває дальшого розвитку. В наступних класах такі школярі займаються фізкультурою більше з необхідності, ніж за внутрішніми спонуканнями.

Середній рівень розвитку інтересу передбачає пізнання школярем істотних властивостей предметів або діяльності. Це вимагає від учня активного пошуку, оперування набутими знаннями, руховими вміннями та навичками. Інтерес розвивається до цього рівня завдяки тому, що в школі і вдома здійснюється стимулювання позитивних емоцій, пов'язаних з процесом виконання фізичних вправ. Цьому ж сприяють і активізація пізнавальної діяльності учнів на уроках фізкультури та в позакласній і позашкільній роботі з фізичного виховання, поступове ускладнення трудності завдань, розв'язання

яких примушує дітей мислити, виявляти фізичні й вольові зусилля і завдяки цьому досягати мети. Усе це приносить школярам радість від діяльності, спрямованої на своє фізичне вдосконалення. Окремі позитивні переживання узагальнюються і перетворюються в емоціонально-позитивне ставлення до процесу занять фізкультурою і спортом. Внаслідок цього інтерес закріплюється й стає стійким.

Високий рівень розвитку інтересу спонукає учня не лише систематично займатися фізичними вправами, а й спрямовує його пізнавальну діяльність на встановлення залежностей, причинно-наслідкових зв'язків, наприклад, між змістом, обсягом та інтенсивністю занять фізичними вправами і тими результатами, яких він досяг у фізичному розвитку й руховій підготовленості. Під впливом інтересу високого рівня учні проявляють винахідливість, творчість і наполегливість у діяльності, спрямованій на досягнення поставленої мети. Стійкий інтерес високого рівня визначає собою емоційно-пізнавальну спрямованість особи. Під впливом такого інтересу змінюється весь спосіб життя школяра.

Наприклад, глибокий інтерес до занять спортом спонукає учня виробляти для себе і суворо виконувати певний режим дня, економно витрачати час, відмовлятися від інших занять і захоплень, що йдуть врозріз з інтересом до спорту.

Інтереси розрізняють за змістом, широтою, глибиною, стійкістю, дієвістю, усвідомленістю.

Особливе значення має така властивість інтересу, як його стійкість [78, 13-14]. Стійкі інтереси тривалий час зберігаються і відіграють важливу роль у житті школяра. При наявності такого інтересу учень буде охоче займатись улюбленою справою навіть при несприятливих умовах, переноситиме втому, відмовлятиметься від інших, здавалося б, більш приємних занять. Формуванню стійкого інтересу до занять фізкультурою і спортом слід приділяти особливу увагу, оскільки ці заняття вимагають від учнів фізичного і психічного напруження, примушують виявляти вольові зусилля з метою

подолання втоми, страху одержати травму та ін.

Інтерес може бути нестійким, тобто мати короткочасний характер. Такий інтерес викликається якою-небудь яскравою емоціональною ситуацією, наприклад, виступом на змаганнях видатного спортсмена. Якщо такий інтерес не розвивати і не закріплювати в процесі діяльності самого учня, спрямованої на досягнення спортивних успіхів, то він згасне. А школяр залишиться фактично байдужим до безпосереднього пізнання самої спортивної діяльності.

Велике значення для прищеплення дітям інтересу до фізкультури має ставлення до цієї справи в сім'ї. Інтерес виникне, стане стійким і дійовим, якщо батьки прилучають дітей ще з дошкільного віку до занять фізкультурою, створюють необхідні для цього умови, показують особистий приклад [33]. Ефективними у цьому відношенні є спільні заняття дітей з батьками ранковою гімнастикою, сімейні виходи на прогулянку на лижах, туристські походи, купання у річці тощо.

Провідна роль у прищепленні учням інтересу до фізичної культури належить школі. Все залежить від того, якого значення надають фізичному вихованню керівники школи, всі учителі, від наявності та оснащення матеріально-спортивної бази, якості проведення уроків та фізкультурно-оздоровчих заходів у школі, наочної агітації [56].

Фізичне виховання планується і здійснюється у загальношкільному масштабі, в класах, у позакласній роботі, органічно поєднується з моральним, трудовим, естетичним вихованням. Керівники шкіл почали більше уваги приділяти фізичному вихованню молодших школярів, створенню для них навчально-матеріальної бази й оснащенню її відповідним обладнанням та інвентарем.

На уроках правильно дозуються фізичні навантаження, стимулюється самостійність і пізнавальна активність учнів. Діти оволодівають руховими діями, засвоюють знання про правильне їх виконання і водночас починають глибоко усвідомлювати значення занять фізкультурою для всебічного,

гармонійного розвитку і зміцнення здоров'я. Формуванню стійкого інтересу і звички до занять фізичною культурою сприяє також система домашніх завдань з фізкультури [66].

Якість проведення уроків фізкультури великою мірою визначає ставлення дітей до цього навчального предмета. Мета досягається, якщо учні одержують задоволення від самого процесу виконання вправ.

В.О.Сухомлинський, розглядаючи значення занять фізкультурою для всебічного розвитку школярів, відзначав, що ці заняття виконують свою роль при дотриманні певних умов. „Велику роль,— писав він,— у фізичному й духовному розвитку дітей, підлітків, юнацтва відіграють заняття гімнастикою і спортом. Але свою серйозну функцію ці заняття виконують лише тоді, коли вся навчально-виховна робота пройнята турботою про здоров'я, про гармонію фізичного і духовного. Важливо, щоб виконання фізичних вправ приносило насолоду, стало потребою. Ми прагнемо виробити у вихованців переконання: завдяки регулярним фізичним вправам у них не тільки створюється краса тіла, гармонія рухів, але й формується характер, загартовується воля” [18, 6].

Заняття фізичною культурою, що проводяться з дотриманням названих вище вимог, є важливим засобом формування у школярів високих моральних і вольових якостей, підготовки їх до самовиховання. Вони відіграють особливу роль у системі засобів навчання, виховання і розвитку молодших школярів. «Починати вчити людину, - писав В.О.Сухомлинський, — самоорганізації, уміння, якщо це потрібно, «примусити» себе треба в дитинстві і ранньому отроцтві, від 7 до 10-11 років. Дуже важливе місце у самовихованні посідає загартування. Це не проста справа, потрібно багато наполегливості і сили волі, щоб регулярно виконувати цю процедуру. Якщо у дитинстві людина пережила задоволення від того, що їй удалося подолати свої слабкості, вона починає критично ставитись до себе. А з цього і починається те пізнання самого себе, без якого не може бути ні самовиховання, ні самодисципліни» [18, 7].

Психолого-педагогічна умова забезпечення формування пізнавального інтересу – вирішення цілої низки дидактичних протиріч: найперше – зовнішні (педагогічні) і внутрішні (особистісні), що забезпечують успішність навчального процесу [31, 20-21]. Педагогічна майстерність учителя полягає в природному переводі зовнішніх педагогічних у внутрішні – психологічні протиріччя та створенні оптимальних умов для їх усвідомлення учнем.

Це дасть змогу педагогові підняти процес навчання учнів на більш високий рівень завдяки свідомому просуванню від мети уроку до бажаного результату. Крім того, такий підхід вкрай необхідний для усунення формалізму в діяльності сучасної школи, оскільки дає змогу учневі сприймати себе як активного суб'єкта навчального процесу, від якого залежить якщо не все, то більшість у самовдосконаленні.

Починаючи з організаційного етапу, вчителеві необхідно формувати ціннісні орієнтації учнів на використання всіх можливостей у самовдосконаленні та соціально-психологічні установки (готовність) до їх реалізації в умовному та реальному процесі життєдіяльності [20, 61-62]. В основу цієї роботи покладається актуалізація знань про духовні, моральні та матеріальні цінності людства і свого народу, що сприяє самовдосконаленню і є визначальною умовою поліпшення особистого та соціального буття. В такому разі не досить нагадувати дітям, який буде урок зараз і що відбуватиметься на ньому. Важливіше, аби учні самі визначили, що вони вже досягли на даний момент і які почуття викликає цей рівень, чи задоволені вони собою і чи мають зупинитися на досягнутому.

Отже, основною педагогічною метою цього етапу є «емоційне стимулювання позитивних почуттів дітей, які їм дадуть змогу зафіксувати у свідомості відповідні можливості навчальної діяльності, її цінність для подальшого самовдосконалення та готовність використовувати все можливе в цьому плані» [11, 7], що буде запропоноване вчителем під час вивчення цієї дисципліни. Як показує шкільна практика, сьогодні недостатньо орієнтуватися на вікові обмеження молодших школярів.

Найчастіше педагогічні працівники обмежуються тільки вимогами навчальної програми і, відтак, недостатньо уваги приділяють вивченню особливостей та можливостей психіки дітей молодшого шкільного віку, а також завдань, що складають зміст їхнього найближчого розвитку. У сучасних дітей, психологами та педагогами відмічаються певні характерні відмінності, що відрізняють їх від попередніх поколінь [34].

Це переважно позитивні зміни, які дають змогу учневі сприйняти, осмислити, усвідомити, зрозуміти більш складні явища за спрощеної і інформації. Крім того, діти цього вікового періоду дуже цікавляться всіма кількісно-якісними змінами, що природно визначається наявністю кризового періоду життя. Ця цікавість за позитивного стимулювання стає для дитини важливим рушієм у самопізнанні та вдосконаленні. У цьому плані найважливішим є постійне створення умов виникнення навчально-пізнавальних потреб дитини, які б сприймалися нею як потреби самовдосконалення.

Можна з певністю сказати, що сучасний молодший школяр не тільки здатен зрозуміти кваліфіковане пояснення, а й потребує найпростіших знань про свою психіку та особистісні утворення. За їх відсутності потреба в самовдосконаленні не усвідомлюється учнем. Таким чином, втрачається не тільки навчально-пізнавальний інтерес, а й можливість педагога спиратися на нього в своїй роботі. В цьому контексті неприпустимим є зміщення акцентів педагогічної діяльності з позитивних змін учня на негативні, отже висвітлення позитивних надбань дитини на організаційному етапі — психолого-педагогічна умова успішної реалізації будь-якої форми здійснення навчального процесу.

За такого підходу ефективними стають колективні форми роботи на початку уроку, що дають змогу учневі ототожнити себе з більшістю встигаючих учнів, мета яких — самовдосконалення за рахунок навчальної діяльності [70, 23]. Так, групова емоційно насичена відповідь школярів на питання: «Хто ми є?» — передбачає відповідь, як оцінити свої прагнення

стати досконалими членами суспільства. Діти визначають, що необхідно зробити, аби досягти успіху. Це дає змогу педагогові не тільки формувати колективні, а й індивідуальні соціально значимі навчально-пізнавальні установки, а також відпрацьовувати логіку організаційного етапу, що стає сталою навичкою сприйняття своєї ролі під час виконання справи.

Підкріпленням позитивного стимулювання на цьому етапі має бути виконання учнями посильних самостійних чи колективних завдань, що має підтвердити у свідомості дитини наявність відповідних змін. Це підготовчий етап до створення основних суперечностей між програмними вимогами, носієм яких є вчитель, та недостатніми можливостями учня задовольнити їх за рахунок своїх досягнень. Ця суперечність створюється на основі введення дітей у ситуацію виконання наступного завдання, яке є звичним за формою, однак по суті потребує тих знань та вмінь які ще не сформовані у дитини і які відповідають сучасним програмним вимогам з фізичної культури.

Коли учень стикається з такою конфліктною ситуацією, почуття задоволення собою змінюється на протилежне за модальністю, вирішальне значення для послідовних позитивних змін [50]. Дитина, як і дорослий, ніколи не оцінюватиме те, чим вона задоволена на даний момент. Отже, створення ситуації особистісного незадоволення межею актуальних досягнень — необхідна умова здійснення мотиваційного і цільового етапів. Однак слід відзначити, що враховуючи індивідуальні особливості кожного учня, вчитель має вирахувати оптимальний час ситуації емоційної напруги, аби не допустити емоційної перенапруги, що призводить до розчарувань, втрати пізнавального інтересу, формування негативних комплексів тощо.

Основним завданням педагогічного впливу на цьому етапі є перехід попередніх суперечностей у наступні: зовнішніми (педагогічними) та внутрішніми (особистісними) вимогами учня до рівня своїх знань, та навичок, а також їх послідовна інтеграція як психологічне новоутворення дитини [35, 29]. Ця робота потребує керованого аналізу одних та інших вимог з послідовною оцінкою їх учнями як: внутрішніх — недостатніх, так і

зовнішніх — необхідних і достатніх для самовдосконалення та наступного життя. При цьому педагог має переконати учня, що основна проблема криється не в його неповноцінності, а у відсутності тих вимог, що актуалізувалися цим завданням.

З інтегративно-цільового педагог має перевести дітей на пізнавальний, тобто когнітивний етап уроку. Провідним протиріччям когнітивного етапу є невідповідність між бажаннями, чи то претензіями учнів та їх знаннями про те, за рахунок чого і яким чином їх задовольнити, яким шляхом піти, за яких умов він буде ефективним тощо [54, 37]. Тут дуже важливо звернути увагу дітей на роль засобів та методів навчання, що обираються, як способів їх використання у самостійній роботі чи взаємодії вчителя й учня. На заключному етапі організаційної та навчальної діяльності вчитель констатує позитивні особистісні зміни кожного учня та сприяє соціально-психологічному вдосконаленню сформованих надбань у позаурочний час.

На початку навчання у школі всі діти виявляють інтерес до занять фізкультурою. Проте в молодших класах частина учнів втрачає цей інтерес [69]. Такі учні шукають можливість не відвідувати уроки фізкультури, їх не вдається залучити в групи загальної фізичної підготовки, до змагань. Вони, як правило, не беруть участі в іграх та розвагах у вільний час, оскільки відстають від своїх ровесників у руховому розвитку і не хочуть показувати свою недостатню підготовленість.

Для підтримання у школярів інтересу до самого процесу виконання фізичних вправ велике значення має емоціональний клімат на заняттях. Учитель чи тренер повинен формувати в усіх учнів впевненість у тому, що кожний з них стане більш спритним, сильним, швидким, витривалим завдяки систематичному виконанню фізичних вправ. І якщо комусь із учнів щось не вдається добре виконати, - це, мовляв, не біда. Успіхи тут у кінцевому підсумку залежать від наполегливості, завзятості, кмітливості на заняттях.

Особливу увагу на уроках фізкультури слід приділяти ослабленим фізично дітям. Їм необхідно допомогти зрозуміти причини, в силу яких вони

не можуть виконати певну вправу, показати достатню швидкість чи силу. Таких дітей необхідно переконувати на їхньому власному досвіді, в тому, що вони можуть оволодіти і цими вправами, як уже оволоділи іншими, яких спочатку не могли виконати. Дуже важливим для формування в учнів впевненості у своїх можливостях є визнання і оцінка їх успіхів і учителем, і колективом класу [53].

У вихованні в молодших школярів позитивного ставлення до занять фізкультурою і спортом велике значення має особистий приклад учителя чи тренера. Поряд з професійними якостями істотне значення мають такі риси вчителя і тренера, як підтягнутість, акуратність, спритність і краса рухів, уміння привабливо показувати і дохідливо пояснювати рухові вправи. В учнів виникає бажання бути схожим на такого учителя чи тренера, вони свідомо або підсвідомо наслідують його ходу, характер рухів, уміння вести розмову та інше. Своє ставлення до спортивного педагога діти переносять і на той матеріал, який він викладає.

Важливою умовою, що сприяє зміцненню у школярів інтересу до занять фізкультурою і спортом, є постійне стимулювання їх пізнавальної діяльності на цих заняттях і досягнення таким шляхом оптимального співвідношення між руховою й пізнавальною активністю учнів. Це питання має велике значення для теорії і практики фізичного виховання ще й стосовно підвищення ролі знань учнів у формуванні в них рухових умінь та вихованні культури рухів.

З метою активізації пізнавального інтересу в учнів, крім виконання регламентованих вправ (загальнорозвиваючих, бігу, стрибків, метань тощо), слід широко використовувати ігрову діяльність [45]. У ході рухливих ігор діти мають можливість вільно, творчо здійснювати рухові дії в межах правил гри. Завдяки цьому діти виявляють за своїми внутрішніми спонуканнями індивідуальні можливості (і фізичні, і розумові), позитивно переживають успіхи свої й своєї команди, активно намагаються вдосконалювати свої дії.

Важливою умовою розвитку інтересу до фізичної культури є те, щоб

учні у процесі занять досягали успіхів і усвідомлювали їх [27]. Слід враховувати також, що постійні невдачі призводять до згасання інтересу. Це питання має особливе значення для фізично ослаблених дітей. Учитель чи тренер повинен давати таким дітям індивідуальні посильні завдання, відзначати навіть невеликі успіхи.

Дієвим засобом розвитку в молодших школярів інтересу до фізичної культури і спорту є самостійне виконання ними вправ на уроках чи тренуваннях. Така діяльність вимагає свідомого ставлення до здійснення того чи іншого завдання, оскільки способи його виконання обираються певною мірою самим учнем, він застосовує на практиці свої знання й уміння [48, 74]. Завдання слід давати учням з урахуванням рівня їх підготовленості. Велике значення для формування в школярів самостійності на заняттях фізкультурою і спортом має мотивація занять. Формуванню правильних мотивів сприяє дохідливе пояснення вчителем завдань кожного уроку, розкриття правил виконання вправ, їх впливу на організм тощо. Початкова мотивація посилюється завдяки таким факторам, як оцінювання успішності, заохочення за добре виконання вправ і за сумлінність.

На базі прищеплених навичок самостійного виконання завдань на уроках чи тренуванні слід формувати в учнів організаторські навички. Це досягається шляхом позмінного виконання дітьми обов'язків чергового, старшого групи, капітана команди. Завдяки цьому в дітей формується свідоме ставлення й інтерес не тільки до самого процесу виконання вправ, а й до організації спільної діяльності учнів на уроках, (тренуваннях) до підтримання на заняттях порядку й дисципліни [78, 14].

Поряд з постійним підтримуванням інтересу школярів до самого процесу занять фізкультурою слід уже в початкових класах формувати у них значущі мотиви таких занять. Потрібно ставити перед учнями «близьку, середню і далеку перспективу» занять фізкультурою і за допомогою постановки перспектив «перетворювати простіші види радості в більш складні і значні для людини. Тут проходить цікава лінія: від найпростішого,

примітивного задоволення до найглибшого почуття обов'язку» [56, 16].

У роботі з прищеплення і розвитку у молодших школярів інтересу до фізкультури і спорту слід керуватись принципом, що цей інтерес треба сформувати в кожного учня. Правильний фізичний розвиток і міцне здоров'я необхідні всім дітям, а цього неможливо досягти не прищепивши кожній дитині інтересу до щоденних занять фізичною культурою.

РОЗДІЛ II. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ У ДІТЕЙ 6-10 РОКІВ

2.1. Основні чинники розвитку інтересу до занять з фізичної культури у дітей

Прищеплення школярам стійкого інтересу до фізичної культури і спорту є важливою вимогою їх успішного фізичного виховання. Тільки тоді можна набути всебічного розвитку учнів, зміцнення їх здоров'я, покращення фізичних можливостей, коли вони з інтересом відносяться до уроку фізичної культури. Наукові дослідження показують, що виконання фізичних вправ із спортивним азартом та інтересом сприяють повноцінному, різнобічному розвитку організму: добре впливають на зміцнення нервової системи, збільшення м'язової маси; позитивно позначаються на роботі серця і легень, сприяють поліпшенню складу крові та обміну речовин в організмі.

Інтерес до занять з фізичної культури і спорту у школярів має вікові відмінності [38]. З віком змінюються мотиви учнів щодо занять фізкультурою і спортом. В зв'язку з цим є відмінності в засобах і методах виховання інтересу у дітей молодшого шкільного віку. Останнє впливає з того, що з початком навчання дитини в школі проходить зміна провідного виду його діяльності: ігрова діяльність змінюється навчальною. На уроках фізичної культури, тренуваннях процес зміни видів діяльності проходить своєрідно. На початку шкільного навчання діти ставляться до цих занять як до гри, до наданої можливості рухатися. У вільній руховій ігровій діяльності діти теж засвоюють знання, навички і уміння. Але засвоєння їх проходить для дитини непомітно, без направленої на це свідомості сил. У процесі переходу із класу в клас зростає свідомість щодо цілеспрямованого навчання і виховання на уроках фізичної культури.

Зміст фізичного виховання учнів у початковій школі визначається наступними складовими:

1) зміцнення здоров'я і загартування організму молодших школярів, сприяння їх фізичному розвитку та підвищенню працездатності. Становлення і розвиток основних функцій організму, що відбувається в шкільні роки, потребує використання всіх чинників, які позитивно впливають на цей процес. Піклування про здоров'я школярів — головне завдання кожного вчителя на кожному навчальному занятті;

2) формування та вдосконалення рухових навичок і вмінь та повідомлення пов'язаних з ними знань. Мета фізичного виховання — формування життєво важливих навичок і вмінь у природних видах рухів: бігу, стрибках, ходінні на лижах, плаванні. Для цього потрібні знання про способи і правила виконання рухових дій, які учні здобувають під час пояснень і демонстрування;

3) розвиток основних рухових якостей. Для виконання багатьох дій людині необхідні певні якості, зокрема сила — здатність долати зовнішній опір або протидіяти йому за рахунок мускульних зусиль; швидкість — здатність виконувати рухи за мінімальний період часу; витривалість — здатність виконувати певну роботу тривалий час; гнучкість — здатність виконувати рухи з великою амплітудою; спритність — здатність швидко засвоювати нові рухи й успішно діяти в умовах, що змінюються. Ці рухові якості розвиваються й виявляються в тісному взаємозв'язку;

4) формування звички та стійкого інтересу до систематичних занять фізичними вправами. Позитивний вплив фізичних вправ можливий лише за умови їх систематичного виконання, що переростає у звичку і потребу. Для виховання такої потреби, необхідно пробудити в дитини інтерес до вправ, підбирати цікаві вправи, вчасно заохотити учня до їх виконання. Змістовне дозвілля сприяє активному відпочинку й духовному вдосконаленню молодших школярів;

5) виховання гігієнічних навичок, повідомлення знань про фізичні вправи та загартування. Гігієнічну освіту учні початкових класів здобувають під час вивчення різних предметів, зокрема «Я пізнаю світ». Вони дізнаються

про режим дня, гігієну харчування та сну тощо. У процесі занять фізичними вправами засвоюють правила їх застосування, дізнаються про вплив вправ на організм, про гігієнічні вимоги до загартування. Водночас учні оволодівають прийомами самоконтролю за своєю працездатністю, втомлюваністю та загальним самопочуттям [66, 52-54].

Для спортивних інтересів молодших школярів характерні певний зміст, широта, стійкість і глибина [46]. Змістовність спортивних інтересів є найважливішою їх ознакою, на яку вчителю насамперед і треба звертати увагу. Широта спортивних інтересів свідчить про наявність поряд з центральним інтересом до вибраного виду спорту чи фізичних вправ також зацікавленості іншими його видами. Стійкість спортивних інтересів свідчить про прагнення молодших школярів займатися певним видом спорту чи фізичних вправ досить тривалий термін. Глибина спортивних інтересів визначає прагнення учня, окрім необхідних речей, дізнатися про деякі другорядні з першого погляду чинники: відомих спортсменів – представників певного виду спорту, спортивні рекорди тощо.

У молодших школярів спортивні інтереси можуть бути тривалими і стійкими або ж тимчасовими і поверховими. Змістовні, широкі спортивні інтереси, як правило, тривалі і стійкі. Вони сприяють досягненню високих результатів у фізичній діяльності. Стійкі спортивні інтереси допомагають ефективніше долати труднощі, які зустрічаються в конкретних умовах спортивної діяльності. Поряд з дійовими, широкими спортивними інтересами бувають розпливчасті, «розкидані» інтереси до спорту. У цьому випадку бажання молодшого школяра займатися спортом стає випадковим. Він припиняє заняття в одному виді спорту, не досягнувши значних результатів, і починає займатися іншим видом діяльності. Розпливчасті інтереси учнів, як правило, є короткочасними і поверховими.

Одне з чільних місць у вихованні інтересу на уроках фізичного виховання повинно належати прищепленню школярам потреби у фізичному самовдосконаленні. Потреба — це психологічний стан, що характеризується

прагненням особистості до певних дій [70, 23]. Отже, у процесі виховання необхідно формувати у молодших школярів такий стан, котрий характеризується прагненням до занять фізичними вправами задля розвитку власних здібностей, зміцнення здоров'я.

Наші спостереження уроків фізичного виховання довели, що частина вчителів не приділяє належної уваги психологічній підготовці учнів. Важливе значення у психологічній підготовці повинно надаватися спрямуванню зусиль учнів на виконання завдань і навчання їх управляти своїм станом [35, 31]. Наприклад, робити вольову настанову на виконання запланованого навантаження, мобілізувати сили на подолання втоми, страху тощо. Також у процесі спостережень ми зробили висновок, що у переважній більшості вчителів фізичної культури відсутнє системне бачення чинників виховання інтересу у молодших школярів до занять фізичними вправами.

Під чинниками, що викликають інтерес до занять фізичними вправами, ми розуміємо сукупність предметів і обставин, які мають внутрішню якісну та кількісну визначеність і зумовлюють певне позитивне ставлення учня до фізичної діяльності. Говорячи про діяльність, ми маємо на увазі ті вольові зусилля, що їх застосовує особистість для досягнення найпростішої мети. Коли особистість переборює певні труднощі, вона дістає велике задоволення, бо це відповідає її первинній потребі в творчості. Навіть гра у примітивній формі містить у собі елементи праці (вольові зусилля). Відчуття задоволення і радості внаслідок досягнення певної мети викликають в дитини прагнення повторювати вольові зусилля під час діяльності, вдосконалювати їх.

Емоційне ставлення (інтерес у нашому розумінні) до занять фізичними вправами тісно пов'язане з потребами, є передумовою дійових відносин людини. Інтерес як вибіркоче емоційне ставлення молодшого школяра до занять фізичними вправами виникає на основі потреб у заняттях фізкультурою і у зв'язку з ними [12]. З таких позицій ми розглянемо формування інтересу до занять фізичними вправами як об'єкта інтересу школярів.

Для задоволення потреби дитини в діяльності, а водночас і для

формування інтересу, важливе значення має функціональний зміст фізичних вправ. Різна за своїм характером фізична діяльність може викликати неоднакове ставлення до себе. Так, навчання в процесі якого вчитель лише показує, демонструє, а учні пасивно слухають, сприймають, містить мало творчих елементів, тому не може сприяти розвитку глибокого й стійкого інтересу до фізичних вправ. І, навпаки, навчальна праця, що має творчий характер, викликає стійкий інтерес, бо дитина має змогу виявити активність і самостійність.

У розвитку інтересу до занять фізичними вправами психологи розрізняють два рівні – відтворювальний і творчий. Відтворювальна активність ґрунтується головним чином на наслідуванні: учень діє за вказівкою вчителя, не вносячи у власну фізичну діяльність елементів самостійності й ініціативи, тому вона не викликає глибокого і стійкого інтересу. Інтерес, пише Е.Ізвекова, як «інтерес, сповнений думки, не може виникати і розвиватись, коли немає власної активності, поживи для роздумів» [45, 39]. Такої ж думки дотримується і Б.Ведмеденко, наголошуючи, що «інтерес з'являється і підтримується там, де є елементи творчості, бо вона суб'єктивно пов'язана для учнів молодшого шкільного віку з позитивними інтелектуальними почуттями та перемогою їх над негативними (сумнівами, невпевненістю тощо)» [21, 110].

Як відомо, важливе значення для збудження інтересу до занять фізичними вправами мають форми їх організації — як індивідуальні, так і колективні. Одне, коли дитина окремо, незалежно від товаришів, виконує фізичні вправи, інше — коли учні в процесі виконання вправ включаються в багатопланову і безпосередню взаємодію, встановивши багатогранні стосунки: відповідальної залежності, контролю, взаємодопомоги. У першій ситуації створюється лише ілюзія колективної роботи. Кожний учень відповідає насамперед сам за себе. Взаємини і стосунки в класному колективі одноманітні.

У другій ситуації кожний школяр відчуває себе частиною класного

колективу, розглядає свою фізичну діяльність як необхідну частину загальної праці. При цьому особисті успіхи або невдача окремих учнів оцінюються на загальному фоні успіхів усього класу. Це привчає школярів дивитись на фізичні вправи як на спільну, колективну справу: твій успіх — це загальний успіх; твоя невдача — це невдача всього класу. Усвідомлюючи свої досягнення на фоні досягнень класного колективу, дитина включається в активну діяльність, у неї створюється бадьорий робочий і життєрадісний настрій та виникає інтерес.

Ефективність колективної діяльності підтверджується не тільки окремими дослідженнями, а й досвідом роботи багатьох учителів. Спільне переживання загальних і особистих успіхів сприяє згуртуванню учнів у єдиний колектив, в якому зростає їхня активність. Вони вчаться виконувати фізичні вправи не тільки в учителя, а й один в одного, що стимулює й активізує інтереси [45].

Однак можливості колективної діяльності цим далеко не вичерпуються. Вона є ефективним засобом самоствердження учня. Завдяки їй створюються умови для формування широкого кола взаємних симпатій. Як свідчить досвід педагогічної роботи, чим вища активність школяра в колективі, тим більший інтерес виявляє він до діяльності. Саме в цьому колективна навчальна діяльність відкриває необмежені можливості не тільки для задоволення потреби в спілкуванні, а й для самоствердження особистості в класному колективі.

Центральною фігурою у формуванні інтересу до виконання фізичних вправ є особа вчителя чи тренера. «Тільки особистість може впливати на розвиток і визначення особистості, тільки характером можна утворити характер»,— писав К.Д.Ушинський [18, 11]. У психолого-педагогічній літературі [2; 6; 20] наголошується: інтерес учнів здебільшого залежить від того, наскільки сам учитель зацікавлений змістом викладеного. Крім того, у формуванні особистості дитини велику роль відіграє внутрішній світ педагога, його життєвий досвід, емоції і почуття, захопленість своєю

справою. Чим більше вчитель фізичної культури цінує процес пізнання і його результати, тим швидше він прищепить цю важливу рису своїм вихованцям.

Отже, інтерес до виконання фізичних вправ, що є внутрішнього рушійною силою духовного розвитку дитини, у нашому дослідженні розглядається, з одного боку, як мета фізичного виховання, а з другого — як засіб розв'язування виховних завдань.

Спортивні інтереси молодшого школяра набувають певного значення лише в умовах конкретної спортивної діяльності. Вони позитивно впливають на продуктивність тренувань, значно активізують фізичну діяльність учня, підвищують якість занять вибраним видом спорту, бо викликають у школяра задоволення своєю діяльністю, почуття радості. За спрямованістю у молодшому шкільному віці можна виділити безпосередні і опосередковані спортивні інтереси. Безпосередні інтереси мають місце там, де їх об'єктом став сам процес фізичної діяльності, як, наприклад, виконання власне рухових дій. Якщо ж предметом інтересу учнів початкових класів стає результат діяльності, досягнення поставленої мети, то говорять про опосередкований інтерес. Прикладом опосередкованого інтересу молодших школярів є прагнення перемогти у спортивному змаганні, показати найвищі спортивні результати у класі і т. ін.

У процесі дослідження нами виділено такі психологічні чинники формування пізнавальних інтересів учнів молодшого шкільного віку:

1. Стимулювання інтересу до занять фізичними вправами за допомогою змісту програмного матеріалу.
2. Оптимальне поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ.
3. Забезпечення емоційності та високої інтенсивності занять фізичними вправами.
4. Посилення інтересу до занять фізичними вправами в процесі колективної діяльності.

Проаналізуємо виділені психологічні чинники формування інтересу до занять фізичними вправами у молодших школярів.

I. Стимулювання інтересу до занять фізичними вправами за допомогою змісту програмного матеріалу давало змогу забезпечувати максимальну відповідність змісту фізичних вправ фізичному розвитку учнів, правильно співвідносити елементи досвіду та новизни у змісті навчальної інформації, використовувати додаткові відомості на уроках тощо.

Зміст фізичних вправ у початкових класах визначається програмою з фізичного виховання [71]. Однак програмний матеріал, звісно, не однаково впливає на формування інтересів. Велику, іноді вирішальну роль тут відіграють якість і спрямованість керування навчальним процесом. Особливо це стосується проблеми взаємодії і співвідношення відомого і невідомого в свідомості учня. У цьому процесі основну роль відіграє те нове, що сприймається школярем на уроці чи тренуванні. Невідомі раніше знання і навички формуються на основі відомих, вступають з ними у взаємодію, іноді суперечливу, і активізують фізичну діяльність учнів.

Новою інформацією для школярів є невідомі правила ігор, рухові навички, цікава інформація до занять тощо. На їхній основі формуються нові навички і знання, формуються уміння і навички з відповідних напрямків фізичної діяльності. Якщо зміст фізичної вправи повністю відомий, він не викликає згаданих суперечностей, не розвиває спортивного інтересу. Так, коли під час вивчення правил спортивної гри учневі не дають додаткових відомостей про значення цієї гри, її поширеність, то це зумовлює байдуже ставлення до теми. А якщо вчитель викличе суперечність у свідомості учня між відомим і невідомим, то таким чином сформує інтерес до змісту фізичної діяльності.

II. Оптимальне поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ давало можливість застосовувати різноманітні за своїм функціональним змістом види фізичних вправ, організовувати на уроці роботу творчого характеру, в процесі якої створювалися сприятливі умови для виявлення активності, ініціативи й самостійності школярів у фізичній діяльності.

Аналіз методичної літератури та відвідані уроки та тренування

переконують в тому, що перебіг фізичної діяльності в дітей 6-10 років в основному має репродуктивне спрямування: учитель (тренер) пояснює, учень здійснює мнемічну роботу і відтворює те, що запам'ятав. У цьому процесі відсутнє головне — самостійні роздуми над виконанням фізичної вправи, порівняння її з особистим досвідом, застосуванням знань на практиці [76]. На такому уроці здійснюється в основному перцептивна діяльність, під впливом якої знижуються чуттєвий досвід, практичні дії. Педагоги інколи забувають про те, що саме в період початкового навчання в учнів формуються мислительні здібності, виробляються навички фізичної діяльності, без яких взагалі неможливе успішне фізичне виховання.

Робота вчителів і тренерів у цьому випадку будується за схемою «слухай — запам'ятай — відтвори» [67]. Навчаючи, вони намагаються передавати учням знання, передбачені програмою, а тому вимагають від них повного запам'ятовування і точного відтворення фізичних вправ. На таку ж діяльність спрямовують школярів і завдання на відтворення, копіювання роботи.

Така організація навчальної роботи низького і середнього творчого рівня, звичайно, не дає змоги розвивати активне ставлення до фізичних вправ, а навпаки, сприяє зниженню інтересу до фізичної діяльності, про що свідчать наведені нами результати дослідження. А там, де процес виконання фізичних вправ має творче спрямування, результати його незрівнянно вищі, інтерес до фізкультури поступово зростає.

Однак неправильно було б думати, що інтерес до фізичних вправ виникає лише в процесі навчальної роботи високого творчого рівня. Адже в фізичній діяльності завжди є дії як творчого, так і суто репродуктивного характеру. Якщо перші можуть в ідеальному значенні бути творчими, то другі — лише наслідувальними [57].

Аналізуючи закономірності фізичної діяльності учнів початкових класів, приходимо до висновку, що між цими різними за своєю природою діями існує тісний зв'язок: чим вільніше учень володіє навичками дій за

певним зразком, тим інтенсивніше виявляється його інтерес до творчої роботи, оскільки «оволодіння міцними навичками ніби звільняє духовні сили учня для розв'язування творчих завдань» [45, 42]. Тому, виховуючи в учнів інтерес до виконання фізичних вправ, необхідно виходити з того, що в навчальному процесі повинні мати місце і виконавчі (за певним зразком) і творчі дії учнів, оскільки вони перебувають у взаємозв'язку, який на певних етапах роботи визначається змістом навчальної діяльності.

Озброєння учнів правильними навичками виконання фізичних вправ передбачає у подальшому залучення їх до роботи високого творчого рівня, оскільки така навчальна праця потребує напруження уваги, спостережливості, застосування здобутих знань, здогадування і передбачення, перевірку, узагальнення і судження, наполегливості, творчого піднесення, розвитку ініціативи. Без цього пізнавальний процес не давав би позитивних результатів, не розвивав би інтересу до фізичної діяльності.

III. Забезпечення емоційності та високої інтенсивності занять фізичними вправами забезпечується використанням емоціогенного матеріалу – активними емоційними іграми, змагальними ситуаціями, інсценізацією ролей в іграх і т. ін., що відповідає потребам віку і дає змогу виховувати інтерес до фізичної діяльності у молодших школярів [59, 305].

Посилення інтересу учнів до занять фізичними вправами у процесі колективної діяльності давало можливість організовувати на уроках фізичного виховання колективну діяльність, в ході якої учні включалися в багатопланову безпосередню взаємодію один з одним, що активно допомагало самоствердженню дитини в класному колективі.

Для успішного формування спортивних інтересів недостатньо лише вдосконалювати зміст фізичних вправ і забезпечувати оптимальне співвідношення навчальної праці різних творчих рівнів. Річ у тому, що навчання як діяльність відбувається в колективі ровесників. Саме колектив є тим соціальним середовищем, у якому виховуються потреби дитини, розкриваються задатки, формуються здібності. Тільки в такому середовищі, у

його багатогранних взаєминах розкривається особистість з її інтелектуальним багатством, морально-вольовими якостями і рисами. Саме навчання, в процесі якого розвивається мислення, формується мотиваційна сфера учня, можна вважати процесом колективним, соціальним. Ось чому колективізм у навчальній діяльності учнів є важливим чинником формування спортивних інтересів у молодших школярів [2, 774].

Учитель на уроці насамперед вимагає уваги кожного учня до своєї особи. У процесі такого навчання діти слухають, спостерігають, відтворюють, виконують завдання і вказівки учителя. Учитель оцінює результати роботи та поведінку кожного учня окремо, залежно від дисципліни на уроці та виконання його вимог. При такій організації навчальної діяльності школяр вступає у взаємодію лише з учителем, відповідаючи тільки за свої дії. Формування колективних взаємин у ході навчання досить обмежене. Це принижує виховне значення навчання, зменшує його результативність, що гальмує фізичний розвиток учнів.

Така організація навчального процесу призводить до того, що учень як особистість живе ніби подвійним життям: поза уроком, процесом навчання він є колективістом, бо разом з товаришами по класу бере активну участь у житті учнівського колективу. Завдяки організації позакласної і позашкільної роботи з фізичного виховання в дітей виникає загальний інтерес, з'являється почуття відповідальності, подається творча взаємодопомога, відбувається співробітництво, обмін думками тощо. Під час уроку фізичного виховання спостерігаємо іншу картину: учень поставлений в умови, які часто штучно ізолюють його від інших [17].

Нерідко діти, які добре навчаються в школі, сповнені егоїстичних почуттів зверхності, недоброзичливості, винятковості тощо. Незадовільні успіхи інших дітей зумовлюють загострене переживання особистої неповноцінності або самотності в системі взаємин класного колективу. В результаті цього ставлення деяких учнів до вчителя погіршується, між ними іноді виникають конфлікти, у школярів втрачається інтерес до навчання і

школи взагалі.

Крім того, у подібній ситуації може виникнути і конфлікт між учнями класу. Учні з недостатнім рівнем фізичного розвитку відчують неприязне ставлення до себе не тільки вчителя (і таке, на жаль, трапляється в практиці роботи шкіл), а й товаришів по класу. Через це частина учнів ніби випадає з-під впливу не тільки вчителя, а й класного колективу. Становище таких школярів у системі особистих взаємин поступово погіршується. Усе це травмує психіку дитини, послаблює її інтерес до навчання.

Оскільки основною діяльністю молодшого школяра є навчання, то його раціональна і цілеспрямована організація значною мірою сприяє успішному формуванню колективних взаємин між дітьми, допомагає кожному при відповідних умовах здобути сприятливий статус [54].

Тренування, його організація, методи роботи є, як відомо, складним і багатограним педагогічним феноменом. Та при всій своїй складності і багатогранності в ньому є основні компоненти, від яких, зрештою, залежить успіх навчально-виховного процесу. Завдання педагога – організувати емоційно багате колективне життя, діяльність в якому дає кожній дитині змогу пізнати радість творчості, постійно духовно збагачуватись, заслужити пошану своїх ровесників.

Основними ланками навчального процесу, що активно сприяють формуванню колективістських стосунків у процесі фізичного виховання молодших школярів, на нашу думку, є такі моменти тренування. По-перше, використання на тренуванні чітких, зрозумілих для учнів колективних завдань, які супроводжуються перспективою (близькою, середньою, далекою) навчальної праці. По-друге, раціональна організація процесу виконання фізичних вправ і фізичної діяльності учнів загалом, що спрямована на спільне розв'язання поставлених завдань. По-третє, зосередження уваги дитини на загальних підсумках тренування (особливо на досягненнях і недоліках під час виконання вправ), а також на взаєминах, що склалися між дітьми у процесі занять фізичними вправами.

2.2. Організація і зміст експериментального дослідження та аналіз його результатів

На основі аналізу психолого-педагогічної та методичної літератури, а також власних спостережень за уроками фізичного виховання у початковій школі нами виявлено, що загальний недолік багатьох варіантів сучасних навчальних програм і педагогічної практики – недостатня спрямованість на виховання інтересу у молодших школярів до виконання фізичних вправ. З метою усунення виявлених недоліків ми розробили удосконалену методику формування спортивного інтересу учнів початкових класів та впровадили її у процес експериментального навчання.

Дослідження проводилося на базі 3-х класів ЗОШ №10 м. Тернопіль.

Формуючим експериментом було охоплено 25 учнів експериментального та 28 учнів контрольного класів.

Дослідження здійснювалося у два взаємопов'язані етапи:

На **першому етапі** – (I семестр 2024-2025 н.р.) – проаналізовано психолого-педагогічну та методичну літературу з обраної проблеми. Визначено вихідні теоретичні положення, об'єкт, предмет мету, сформульовано гіпотезу дослідження, конкретизовано завдання. Проведено констатуючий експеримент, розроблено критерії та проведено діагностику проявів інтересу до занять фізичними вправами у молодших школярів. З метою перевірки висунутої гіпотези розроблялись шляхи науково-методичного забезпечення формуючого експерименту.

На **другому етапі** – (II семестр 2024-2025 н.р.) – проведено формуючий експеримент, проаналізовано та узагальнено емпіричний матеріал, сформульовано висновки, розроблено рекомендації, які втілено у практику фізичного виховання молодших школярів.

Щоб виявити місце інтересу до виконання фізичних вправ у загальній структурі інтересів учнів початкових класів, ми провели спеціальне

дослідження у ряді шкіл Тернопільської області. Ним охопили 92 учні 2-4 класів.

Оскільки інтерес ми розглядаємо як вибіркове емоційне ставлення молодшого школяра до предметів і явищ навколишньої дійсності, а також до життєво важливих видів діяльності, то ми припустили, що вибір діяльності, яка найбільше подобається учневі, свідчатиме про його інтерес. На основі цієї робочої гіпотези було розроблено експериментальний метод вибору, за яким учням надавалася можливість з багатьох видів діяльності (перцептивної, ігрової, художньої, трудової, навчальної, громадської) визначити ті, що їм найбільше до вподоби, а також ті, до яких вони байдужі.

Школярів попередили, що вони можуть вибрати не менш як три і не більш як п'ять видів діяльності і записати їх на аркуші паперу.

В результаті кількісного та якісного опрацювання здобутих даних було встановлено питому вагу (у %) інтересу до занять фізичними вправами в загальній структурі інтересів дітей певного класного колективу. Здобута таким способом інформація дала змогу визначити ставлення учнів до споглядально-слухової, ігрової, художньої, трудової, навчальної і громадської діяльності.

Результати обстеження учнів дали змогу виявити окремі тенденції, які характеризують, насамперед, динаміку інтересу до занять фізичними вправами в учнів 2-4-х класів. Виявилось, що показники інтересу до занять фізичними вправами в усіх класах у хлопчиків вищі, ніж в дівчаток. Так, якщо в 2 класі питома вага інтересів до занять фізичними вправами у дівчаток становить 14%, то в хлопчиків — 26%, у 3 класі — відповідно 12% і 23%, у 4 класі — 19% і 33%.

Факт цей повністю відповідає фізичним показникам цих категорій учнів і пояснюється психолого-фізіологічними особливостями їхнього розвитку. Ми не ставили завдання з'ясувати докладно причини цього явища, а досліджували загальну тенденцію розвитку інтересу до занять фізичними вправами в учнів початкових класів.

Як бачимо, інтерес до занять фізичними вправами характеризується майже непомітним планомірним зростанням протягом навчання в початковій школі і падає у 3 класі.

У перебігу констатуючого етапу експерименту вивчався стан проявів інтересу до занять з фізичної культури у молодших школярів. Оцінка результатів констатуючого експерименту здійснювалася за допомогою таких критеріїв:

1. **Емоційний критерій** позначається наявністю таких особистісних якостей учня, як переживання радості, захоплення від занять фізичними вправами і здатністю на цій основі емоційно відгукуватися на різноманітні вияви фізичної діяльності на уроках і в позаурочний період.

2. **Пізнавальний критерій** показує активність пізнання молодшого школяра у галузі фізичної діяльності, тобто прагнення дізнатися елементи історії спортивних ігор, правил, способів дій, розуміння фізичних явищ та способів їх відображення в практичній фізичній діяльності.

3. **Діяльнісний критерій** виявляється у таких показниках, як здатність правильно, чітко і точно виконувати фізичні вправи, демонструвати показники сили, спритності, гнучкості тощо, ступінь самостійної діяльності учня (за часткової допомоги вчителя; абсолютно самостійно).

На основі виділених нами критеріїв здійснено констатуючий експериментальний зріз, на підставі якого визначено рівні прояву інтересу до занять з фізичної культури у молодших школярів: низький середній і високий.

Низький рівень відображає слабку емоційність, яка характеризується байдужістю учнів до фізичної діяльності, побоюванням показувати свій емоційний стан, пасивність у виконанні фізичних вправ. Відсутнє бажання дізнатися нове про фізичну культуру і спорт. У фізичній діяльності демонструють невисокі показники сили, спритності, гнучкості тощо, часто неправильно і неточно виконують фізичні вправи.

Середній рівень характеризується зацікавленістю учнями заняттями з фізичної культури, стереотипним висловлюванням на тему фізичної

діяльності, стриманістю показу власного емоційного стану. Домінантою мотивації до фізичної культури у цих дітей є бажання більше знати про спорт, спортивні ігри. У фізичній діяльності демонструють середні показники сили, спритності, гнучкості тощо, інколи неправильно і неточно виконують фізичні вправи.

Високий рівень прояву інтересу до занять з фізичної культури характеризується такими особистісними якостями учня, як переживання радості, захоплення фізичною діяльністю. Ці діти активно виражають свої почуття, імітують фізичні вправи образами рухами, мімікою, жестами, у різних формах висловлюють свої судження, сміливо показують свій емоційний стан. У фізичній діяльності демонструють високі показники сили, спритності, гнучкості тощо, правильно і точно виконують фізичні вправи.

Порівняння даних констатуючого етапу в експериментальному і контрольному класах показує незначну різницю у показниках по кожному із рівнів і критеріїв прояву інтересу до занять з фізичної культури в учнів. Це дало підставу стверджувати, що досліджувана кількість школярів має однаковий потенціал до розвитку інтересу до занять з фізичної культури.

Результати констатуючого експериментального зрізу показують, що понад чверть учнів експериментального і контрольного класів має низький рівень інтересу до занять з фізичної культури. До середнього рівня відноситься найбільша кількість учнів – майже половина. Високого рівня досягає третина досліджуваних молодших школярів.

Оскільки найбільша кількість учнів відноситься до низького і середнього рівня інтересу до занять з фізичної культури, то можна стверджувати про малу ефективність традиційної методики фізичного виховання у початковій школі.

Експериментальна робота з фізичної культури проводилася на уроках, які будувалися за загальними дидактичними вимогами, але мали свої певні особливості, що зумовлювалися специфічним змістом навчального матеріалу і потребою формування інтересу у молодших школярів до занять фізичними

вправами.

За своєю структурою урок фізичної культури складається з трьох частин: підготовчої, основної та заключної. Головним завданням підготовчої частини уроку є організація учнів класу для успішного виконання гімнастичних вправ, загального впливу на їх рухову діяльність, зміцнення суглобів і збільшення їх рухомості, формування загальної координації рухів, правильної постави тощо. Все це створює сприятливі умови для ефективної рухової діяльності протягом цілого уроку.

Для вирішення цих завдань, для організації класу в підготовчій частині уроку використовувалися стройові і організуючі вправи. Команди і розпорядження вчитель подавав так, щоб вони орієнтували дітей на беззаперечне виконання, чи дисциплінували учнів.

Важливим завданням підготовчої частини є розігрівання організму дітей. Необхідно використовувати вправи, при виконанні яких включається в роботу найбільша кількість м'язових груп. Такими вправами були рухи під час ходьби, чергування ходьби, бігу, стрибків, танцювальні кроки. В окремих випадках ми включали ігрові елементи, які виконувалися всім класом. У підготовчій частині уроку ми заохочували дітей, розвивали глибокий інтерес до фізичних вправ, виховували уважність. Цього досягали, використовуючи спеціальні вправи на увагу, «вправи несподіванки» під час ходьби, бігу, стрибків, присідань тощо. Вчитель ставив учням несподівані вимоги. Виконуючи такі вправи, учні навчалися швидко зосереджувати свою увагу.

Під час проведення уроків фізичної культури учнів здобували необхідні знання, навички та вміння. Унаслідок цього зміст уроку фізкультури, його організація і проведення визначали відповідними методами навчання, методичними прийомами, способами організації діяльності учнів, умінням управляти цією діяльністю.

До методів навчання на уроках фізкультури належали: метод слова (розповідь, пояснення, бесіди, розбір, оцінка, команда, підрахунок); практичні методи (по частинах, у цілому, ігровий, змагальний); методи

наочності (пряма і непряма наочність).

Словесні методи відігравали важливу роль у навчанні учнів фізичних вправ, в активізації пізнавальної діяльності та озброєнні відповідними знаннями. Коротко проаналізуємо ці методи:

1) пояснення — це опис техніки виконання рухової дії, особливостей правил її виконання. На відміну від простого опису, пояснення доказує ефективність визначеного способу виконання даного руху;

2) бесіда – це форма навчання, де використовуються питання-відповіді. Спираючись на знання та досвід вивченого матеріалу, вчитель питаннями спрямовує розкриття суті виконання визначених рухів при повторенні;

3) команда – це наказ, який зобов'язує виконувати рухи за суворо встановленою формою. Команда може подаватись голосом, сигналом, особистим прикладом. Команда, яка подається голосом, ділиться на попередню (вимовляється протяжно, голосно, чітко і вказує, що потрібно виконувати) і виконавчу (вимовляється голосно, енергійно, вказує на момент дії);

4) розпорядження – це наказ, висловлений у довільній формі;

5) підрахунок – це прийом, за допомогою якого відраховуються проміжки часу, частини руху, час виконання вправи. Підрахунок дозволяє давати учням необхідний темп виконання руху.

Використання словесних методів у навчанні фізичних вправ сприяло активізації розумової діяльності учнів, пізнанню особистих рухів, свідомому засвоєнню фізичних вправ, набуттю необхідних знань про них.

Практичні методи навчання в своїй основі мають активну рухову діяльність учнів. Залежно від ступеня регламентації умов виконання фізичних вправ ці методи поділяються на дві групи: метод строго регламентованої вправи (навчання по частинах, в цілому) та частково регламентованої (ігровий, змагальний).

Методи наочності забезпечували зорове та слухове сприйняття рухової дії, яка вивчається. Найпоширенішим методом навчання був показ учителем

або учнем. Перший показ, як правило, повинен створити цілісну характеристику вправи. Тому до нього ставилися такі вимоги: чіткість і точність виконання вправи, вибір місця показу вправи, концентрація уваги учнів на сприйнятті техніки виконання вправи, повторення вправи учнем.

Для створення в учнів правильної уяви про рухову дію використовувалися наочні посібники, технічні засоби — таблиці, малюнки, схеми. Ці посібники допомагали розкрити основні вимоги до виконання рухової дії.

Також під час проведення уроків фізичної культури в експериментальному класі використовувалися різні методи організації діяльності учнів під час виконання програмового матеріалу. До них належать: фронтальний, потоковий, груповий та індивідуальний.

При виборі способів організації учнів на уроці фізичної культури важливо було забезпечити раціональне використання часу, оптимальне фізичне навантаження на учнів, поступове його збільшення від початку уроку і зниження навантаження в кінці уроку, дотримання потрібних інтервалів відпочинку між виконанням вправ. Способи організації учнів на уроці безпосередньо впливали на щільність уроку. На щільність уроку великий вплив мала така організація уроку, при якій одночасно виконують вправи якомога більше учнів. А це досягалося організаційними і методичними прийомами, в основі чого було:

- забезпечення уроку необхідним інвентарем і обладнанням, своєчасною їх підготовкою;
- використання фронтального та потокового способів організації учнів;
- чіткість показу та пояснення вчителем;
- організованість та дисципліна учнів (своєчасний прихід на урок, чітке виконання команд).

Проведення уроків з високою щільністю забезпечувало раціональну фізичну та розумову активність дітей, підвищувало ефективність навчання і сприяло вихованню в дітей організованості та дисципліни.

На основну частину уроку відводилося в середньому 20-25 хвилин. Головним її завданням було оволодіння технікою виконання нових вправ; набуття знань і вмінь застосування вивчених рухів і дій у різних умовах рухової діяльності; формування найважливіших прикладних навичок і розвиток життєво важливих якостей з метою підготовки учнів початкових класів до продуктивної праці.

Навчальний матеріал основної частини уроку ми намагалися розподілити так, щоб правильно чергувались фізичні навантаження. Поряд з оволодінням технікою виконання вправ в основній частині уроку забезпечувалося формування прикладних навичок з ходьби, бігу, стрибків, метань, лазіння й перелізання. Навчання прикладних вправ вимагало певного чергування з навчанням основних гімнастичних вправ.

У процесі занять фізичною культурою для розвитку фізичних якостей використовувалися різні методи:

1) метод індивідуальних завдань – кожен учень отримував від учителя певні завдання і самостійно їх виконував;

2) ігровий метод – широко застосовувався в практиці експериментального навчання. Використовувалися різноманітні рухливі ігри для розвитку рухових якостей, насамперед спритності і швидкості. Метод сприяв вдосконаленню техніки і тактики гри в складних умовах. Він давав можливість ефективно розвивати такі якості і здібності, як швидкість, спритність, орієнтування в просторі, кмітливість, самостійність, ініціативність, рішучість тощо. В ігрових вправах, естафетах та іграх поглиблювалися почуття відповідальності і обов'язку, виховувалися воля до перемоги, організованість, колективізм і т. ін.;

3) змагальний метод також був корисний для розвитку фізичних якостей. Для цього проводилися змагання з бігу, стрибків, плавання, метання, рухливих та спортивних ігор;

4) повторний метод — це багаторазове повторення окремих вправ або гри в цілому після тривалого відпочинку;

5) перемінний метод – найбільш відповідав характеру ігрових дій. Застосовуючи цей метод, вчитель використовував по чергово вправи, які потребують великого напруження, і вправи з незначним навантаженням, змінюючи тривалість їх виконання;

б) інтервальний метод – полягає у багаторазовому повторенні короткочасних серій вправ із точно визначеною тривалістю цих вправ і відпочинку між ними на кожному уроці. Метод застосовувався для розвитку швидкокісно-силової витривалості.

Урок фізкультури був основною й обов'язковою формою розвитку інтересів у процесі фізичного виховання учнів. У процесі формування спортивних інтересів він займав визначальне місце, оскільки йому притаманні такі риси, як:

- яскраво виражена дидактична спрямованість, зумовлена вирішенням завдань розвитку спортивних інтересів як провідних;

- керівна роль учителя як ключової фігури в процесі формування спортивних інтересів у дітей молодшого шкільного віку, що забезпечує викладання предмета й виховання учнів на високому професійному рівні;

- чітка регламентація діяльності школярів згідно з їхніми індивідуальними можливостями, що узгоджується із формуванням спортивних інтересів;

- постійний склад учнів та їх вікова однорідність, що дає можливість поряд з індивідуалізацією проводити заходи колективного впливу в процесі формування спортивних інтересів молодших школярів.

Одним із шляхів формування спортивних інтересів виступають пошукові ситуації, які допомагали органічно поєднувати рухову активність дітей з розумовою.

Так, наприклад, призначеним на урок черговим, які мають підготувати все необхідне для заняття, називалися лише вправи, які будуть виконуватись. Яке обладнання для цього необхідне, учні вирішували самі. Це допомагало школярам свідомо готуватись до уроку. Іншим видом пошукової ситуації

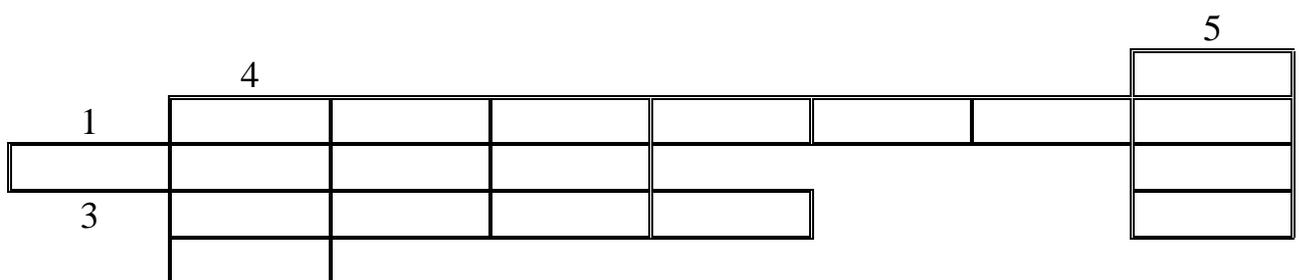
була наступна: учням оголошувалося, що буде проведена естафета з пролізанням в обруч, а спосіб пролізання діти обирають самостійно. При повторному проведенні естафети учням пропонувалося спробувати різні способи й визначити найбільш раціональний. Такий найпростіший порівняльний аналіз значно активізував діяльність дітей.

Для розвитку спортивних інтересів молодшим школярам рекомендувалося придумати нові способи застосування фізкультурного інвентарю («малювання» м'ячем, скакалкою, обручем у повітрі та на підлозі невидимих контурів різних речей; розгойдування на м'ячі чи пронесення кубика на голові). Згодом завдання ускладнювалися через індивідуальні і групові дії. Наприклад, учням пропонувалося фізичними вправами зобразити букви і з цих букв скласти слова. Іншим варіантом служить побудова букв та різних геометричних фігур під час фігурного марширування.

Такими прийомами поряд з руховою діяльністю забезпечувалися міжпредметні зв'язки та інтерес в учнів як до процесу, так і до змісту фізичної діяльності.

Для формування спортивних інтересів учнів використовувалися творчі завдання у вигляді розгадування кросвордів чи загадок.

Наведемо взірець кросворду «Спортивний інвентар».



1. Взуття для катання на льоду.
2. Речовина, яка потрібна для плавання.
3. Місце, де проводяться боксерські бої.
4. Майданчик для гри в теніс.
5. Те, що потрібно для пересування по снігу.

Відповіді: 1. Ковзани. 2. Вода. 3. Ринг. 4. Корт. 5. Лижі.

Наведемо приклади загадок спортивного змісту.

1. *На мене сідають,
Через мене стрибають,
Руки згинають та розгинають (лава).*
2. *Його б'ють, він не плаче, а ще вище скаче (м'яч).*
3. *Червоненький і кругленький,
З нами він, де сміх і плач.
Нумо, діти, здогадались?
Це, звичайно, є наш... (м'яч).*
4. *Ясним ранком вздовж дороги
На траві блистить роса.
По дорозі ідуть ноги.
І біжать два колеса (велосипед).*
5. *Я стрибаю, бо чудовий шнурок маю (скакалка).*

При використанні на уроках пошукових ситуацій, що виражаються у вирішенні рухових завдань, учні зустрічалися з труднощами, з яких необхідно знайти вихід. При потребі вчитель допомагав дітям, спрямовуючи їхню діяльність. Але не варто було поспішати пропонувати правильне рішення: відчуті радість відкриття завжди приємно.

При проведенні уроків фізичної культури в природних умовах (у парку) дітям давалися завдання відтворити рухами явища природи, дії тварин (пробіжіть "як легенький вітерець", "як ураган", "як лисичка", "як рись", "як листочок, що його жене вітер восени", "як літачок, що летить високо в небі", пройдіть, як "ведмедики", "стрибайте, як зайчики" та ін.). Діти імпровізували через рухи, komponували їх, називали свої рухи та рухи товаришів.

Особливо вдало даний прийом імітування реалізувався в ігровій діяльності. При цьому потрібно було дотримуватись наступних умов гри: унікальність, неповторність та неповторюваність рухів, що у свою чергу сприяє удосконаленню психомоторики як важливого фактора розвитку дітей. Одночасно учні знайомилися з навколишнім світом, тваринами і рослинами, а це збагачувало їх освітній рівень.

Наведемо приклади вправ імітаційного характеру.

1. *Раз, два-дерева.*

Три, чотири-вийшли звірі.

П'ять, шість – пада лист.

Сім, вісім – птахи в лісі.

Дев'ять, десять – це сунічки

Підняли червоні личка.

2. *Раз, два – всі присіли,*

Потім вгору підлетіли.

Три, чотири – нахилились.

Із струмочка гарно вмились.

П'ять, шість – всі веселі

Крутимось на каруселі,

Сім, вісім – в поїзд сіли.

Ніжками потупотіли.

Такі прийоми роботи сприяли формуванню рухової уяви, збагачували інтелектуальний та фізичний розвиток дитини, виховували у неї любов до фізичних вправ та потребу в руховій діяльності, відчуття колективізму, уміння оцінювати і взаємооцінювати, формували спортивний інтерес загалом.

У процесі формування спортивних інтересів в учнів молодшого шкільного віку використовувалися так звані "рухові імпровізації", які склалися з оповідань чи казок на фізкультурно-спортивну тематику. Дітям пропонувалося придумати коротенькі тематичні сюжети, а потім свої рухові сюжети пропонував вчитель. За основу сюжету бралися фольклорні твори, літературний матеріал, події з реального життя, вигадані історії. Через даний прийом у дітей розвивалася уява, творче мислення, збагачувався руховий досвід.

Наведемо взірці оповідань з казковими героями для стимуляції спортивних інтересів у молодших школярів.

Оповідання про хлопчика Лінивця

В одній країні жив хлопчик, якого називали Лінивцем, бо він ніколи не робив ранкову гігієнічну гімнастику. Та була й ще одна проблема: Лінивець зовсім не мав друзів. Він лише з сумом спостерігав, як весело хлопці й дівчата грались на спортивному майданчику. Й ось одного разу діти помітили зажуреного парубка: "Якщо хочеш гратися з нами, то мушиш щодня робити ранкову гігієнічну гімнастику й займатись фізкультурою, бо вони є запорукою міцного здоров'я". Лінивець трохи подумав, а тоді охоче погодився. Діти взяли його до свого гурту й назавжди забули про образливе прізвисько.

Так Петрик (а це справжнє ім'я хлопчика) подружився з фізкультурою і знайшов багатьох друзів.

Для розвитку самоконтролю й самооцінки, творчої та пізнавальної активності молодших школярів ми залучали їх до аналізу помилок (своїх і товаришів). Діти молодшого шкільного віку ще не мають добре розвинутого почуття самоконтролю й самооцінки. Вони орієнтуються на зовнішній контроль та оцінку, які отримують від дорослих і на основі яких формується їх самоконтроль та самооцінка. Засобом, що полегшував і стимулював перехід від зовнішнього контролю та зовнішньої оцінки до самоконтролю та самооцінки, була навчальна робота в парах із взаємним контролем і взаємною оцінкою. У процесі такої роботи діти засвоювали критерії правильного виконання вправ, набували уміння порівнювати еталонне виконання з фактичним.

Успіх роботи з розвитку самооцінки залежить від того, наскільки вчитель забезпечує дітей оцінною інформацією, створюючи на уроках ситуації, коли учні повинні оцінювати власну роботу й зіставляти свої самооцінки з оцінками інших. Для того, щоб діти не втрачали інтересу до таких завдань, потрібно було їх урізноманітнювати, вводити ігрові елементи. З цією метою проводилися змагання на точність самооцінки виконання вправ. Можливим варіантом введення оцінної ситуації було використання

навчальної гри «Гра в суддів».

Особливо цінним прийомом активізації навчальної діяльності було призначення на уроках суддів із числа учнів, що не займались, чи з числа дітей, які належали до підготовчої групи. Так школярі залучалися до активної діяльності на уроці і підвищувався їх інтерес до занять. Роль суддів виконували і ті учні, які краще за інших виконували вправи. Це певною мірою служило стимулом для інших дітей до покращення власних результатів. Підготовка до суддівства підвищувала увагу учнів до ознак, за якими судять про правильність виконання вправ. Засвоєння цих ознак водночас сприяло розвитку в них об'єктивної самооцінки. Поряд з оцінкою умінь діти залучалися до участі в оцінці (вимірах) контрольних нормативів фізичної готовності. У такий спосіб удосконалювалися вміння школярів працювати з сантиметровою стрічкою, лінійною, частково з секундоміром.

Окрім того, щоб посилити інтерес до роботи з розвитку спортивних інтересів, ми звертали увагу дітей на важливість адекватної самооцінки: хто точно знає свої можливості, той впевненіше виконує вправи. При цьому варто бути терпеливим, пам'ятаючи, що діти легше помічають помилки інших, ніж свої. Поліпшення самоконтролю й самооцінки відзначалося лише через кілька місяців цілеспрямованої роботи над їхнім розвитком.

Ми враховували, що учні молодшого шкільного віку вже здатні розуміти, які фізичні вправи розвивають м'язи рук, ніг, тулуба, та за завданням учителя (наприклад, у грі "Море хвилюється") можуть відібрати й виконати загальнорозвиваючі вправи для окремих частин тіла. Розповідаючи про вплив окремих вправ на фізичний розвиток та рухову готовність дітей, ми застосовували ігровий метод та наочність, складали оповідання, що могли б пояснити школярам, як функціонує той чи інший орган при виконанні фізичних вправ. Наприклад, перед виконанням дітьми вправ на рівновагу була проведена бесіда про вестибулярний апарат.

Бесіда про вестибулярний апарат

Кожен з нас має вуха. Вухо складається з двох частин. Зовнішню ми бачимо в дзеркалі, торкаємось до неї рухами, вона називається - вушною раковиною (показ ілюстрації). Доторкніться до неї, вона дійсно нагадує нам формою раковину морського молюска. Внутрішню частину вуха ми не бачимо. Та у ній є маленький орган, що нагадує равлика. Він так і називається - равлик (показ ілюстрації). Равлик заповнений особливою рідиною. Вона допомагає нам зберігати рівновагу: ми можемо рухатися в різних напрямках, розгойдуватися, підніматися на висоту, ходити по колоді і при цьому не падати. Якщо ви довго покружляєте на місці, то відчуєте, що у вас закрутилася голова, тобто ви втрачаєте рівновагу. Це означає, що рідина, яка знаходиться в равлику, змінила своє звичайне положення. Але через деякий час вона набуває свого звичного стану, і рівновага відновлюється. Вуха нам потрібно берегти від пошкоджень. Адже дуже важливо не лише чути, але й відчувати положення своїх рук.

За допомогою бесід, оповідань, що супроводжувалися показом наочності, діти на доступному їм рівні засвоювали знання про спинний та головний мозок, про призначення серця, легенів: вестибулярного апарата та про взаємодію цих органів з роботою м'язів.

Також через бесіду формувалися елементарні знання й уявлення дітей про спорт та історію національної та світової фізичної культури, їх значення; учні знайомляться з правилами особистої гігієни, отримують інформацію про корисні та шкідливі звички, прийоми самомасажу; у них виховуються моральні якості. Особливу увагу ми звертали на теми «Спортивна гордість України». «Що потрібно робити, аби не хворіти?», «Олімпійські ігри», «Українці на Олімпійських іграх», «Як стати сильним та спритним?», «Як почати день?», «Як поводитися, коли щось болить?», «Дихальна гімнастика».

Таким чином, експериментальна робота була спрямована на реалізацію у процесі фізичного виховання молодших школярів таких психологічних факторів, як використання змісту програмного матеріалу, оптимальне

поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ, забезпечення емоційності й високої інтенсивності занять фізичними вправами та використання колективної діяльності учнів.

Моделювання змісту уроків ми здійснювали на основі врахування індивідуальних особливостей дітей, їх здібностей, інтересів, тому з підвищенням ролі диференціації фізичної діяльності дітей, на формуючому етапі експерименту надано переваги ігровим формам.

Наступним етапом експериментального дослідження став аналіз його результатів та підведення підсумків. Для цього використовувався комплекс таких **методів і методик**: а) спостереження за учнями у процесі заняття фізичними вправами, їх поведінкою під час уроків фізичної культури; б) анкетування учнів початкових класів; в) бесіди з учителями та учнями, спрямовані на виявлення інтересу до занять фізичними вправами; г) методика «Драбинка уроків»; д) методика експериментального вибору; е) методика незавершених речень.

Охарактеризуємо конкретні методики експериментального дослідження.

Методика «Драбинка уроків» визначає, які предмети (навчальні дисципліни) цікаві, а які – нецікаві для учнів. Форма проведення методики – фронтальна. Експериментальний матеріал складається із карток, на кожній з яких написана назва одного з навчальних предметів: математика, письмо, читання, малювання, фізична культура... Наприклад:

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

Далі учень повинен відобразити своє ставлення до кожного предмета, побудувавши “драбинку уроків”. Якщо шкільні предмети стоять на верхніх щаблях драбини (I-IV), то ставлення до них визначається як позитивне; якщо на нижніх (V-VIII) – негативне.

Ми проводили такий **інструктаж** з учнями: (Ім'я випробуваного). У школі є дуже різні уроки. Давай побудуємо «драбинку уроків». Ми хочемо знати, які уроки тобі подобаються більше, а які – менше.

Перед тобою картки, на яких написані назви уроків. Розстав їх перед собою. Тепер уважно прочитай назви уроків і вибери один урок, який тобі подобається найбільше. Відклади цю картку.

Подивись на уроки, що залишилися. Який з них тобі подобається найбільше? Візьми картку з назвою уроку і постав її нижче першої картки так, щоб вийшла драбинка із двох щаблів.

Знову подивись на уроки, що залишилися, і вибери той з них, який тобі подобається найбільше. Поклади цю картку ще нижче. Тепер драбинка складається із трьох щаблів.

Зрозуміла, як її будувати? З тих уроків, що залишилися, треба обирати той, який найбільше тобі подобається.

Продовжуй будувати "драбинку" далі.

Ми завершили будувати «драбинку уроків». Перевір, чи правильно ти її побудувала?

Вгорі на першому щаблі має бути назва уроку, який подобається тобі якнайбільше. Це так?

Методика експериментального вибору визначає, які види занять цікаві, а які – нецікаві для учнів. За своєю суттю вона доповнює попередню методику і проводиться аналогічно. Форма проведення методики – фронтальна. Експериментальний матеріал складається із карток, на кожній з яких написана назва певного виду занять, значущого для учнів: гратися, розв'язувати задачі, грати у футбол, в'язати, малювати, влучати м'ячем у ціль тощо.

Методика «Незавершених речень» виявляє емоційне ставлення учнів до занять з фізичної культури і спортом. Вчитель (експериментатор) роздавав дітям картки, на яких було записано початок речення. Ставилося завдання закінчити речення, висловлюючи свої міркування.

Пропонувалися такі речення:

- а) Найбільше я люблю, коли вчитель...
- б) Я люблю школу за те, що...

в) Мені цікаво на уроках, коли...

Експериментальне дослідження показало, що внаслідок використання змісту програмного матеріалу, оптимального поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ, забезпечення емоційності й високої інтенсивності занять фізичними вправами та використання колективної діяльності молодших школярів в учнів експериментального класу підвищився рівень розвитку інтересу до занять з фізичної культури (див. таблицю 2.1).

Таблиця 2.1

Підсумковий зріз проявів інтересу до занять з фізичної культури

<i>№ n/n</i>	<i>Прояви інтересу</i>	Контроль- ний клас (%)	Експеримен- тальний клас (%)
1	Інтерес до змісту уроків фізичної культури	68	79
2	Інтерес до новизни рухової діяльності	65	77
3	Інтерес до різних сторін фізичної діяльності	62	70
4	Інтерес до систематичних занять фізичними вправами	60	75
5	Інтерес до встановлення взаємозалежностей між змістом, обсягом та інтенсивністю занять фізичними вправами і результатами фізичного розвитку	64	78

Зіставивши дані експериментального і контрольного класів, наведені у таблиці 2.1, слід відмітити значну різницю у проявах інтересу учнів до занять з фізичної культури. Ця різниця показує, що кількість учнів експериментального класу, які підвищили свій інтерес до занять з фізичної культури внаслідок експериментального навчання, зросла порівняно з даними констатуючого етапу дослідження, а кількість учнів контрольного класу, які підвищили рівень інтересу до занять з фізичної культури внаслідок традиційного навчання, хоча й зросла, однак несуттєво.

Так, 17% учнів експериментального класу і 27% учнів контрольного класу має низький рівень розвитку інтересу до занять з фізичної культури. До середнього рівня відноситься 57% учнів експериментального і 59% учнів

контрольного класів. Високого рівня розвитку інтересу до занять з фізичної культури досягли 26% учнів експериментального класу і лише 14% учнів контрольного класу (див. рис 1).

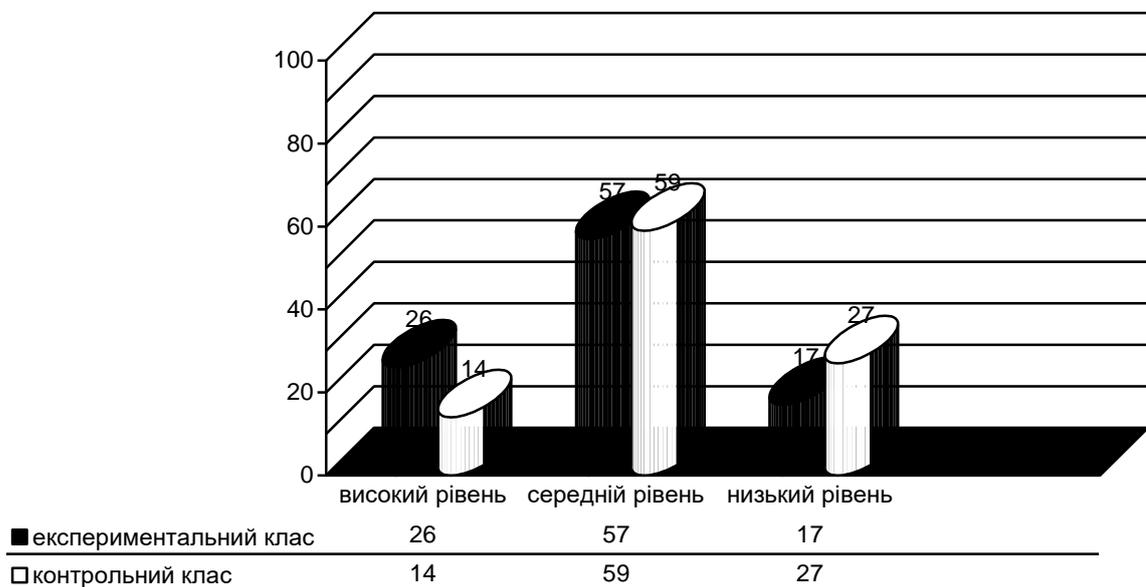


Рис. 1. Розподіл учнів експериментального і контрольного класів за рівнями розвитку інтересу до занять з фізичної культури наприкінці експерименту

Наприкінці експериментального дослідження стало очевидно: у процесі використання розробленої нами експериментальної методики в учнів експериментального класу порівняно з контрольним значно підвищився рівень розвитку інтересу до занять з фізичної культури. Це свідчить про ефективність застосовуваного напрямку роботи.

Одержані результати дали змогу стверджувати, що використання експериментальної методики значно підвищило рівень розвитку інтересу до занять з фізичної культури в учнів початкових класів. Це продемонстрували учні експериментального класу під час виконання фізичних вправ і завдань.

Отже, забезпечення відповідних психолого-педагогічних умов у процесі використання програмного матеріалу, оптимальне поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ, забезпечення емоційності й високої інтенсивності занять фізичними вправами та використання колективної діяльності здатне сформувати інтерес до уроків фізичної культури у молодших школярів. Нами доведено, що впровадження їх у практику керування навчально-виховним процесом при вивченні навчальної дисципліни «Фізична культура» сприяє збагаченню емоційної, пізнавальної сфер, формує фізичні якості учнів, що дає змогу досягти більшої ефективності у підвищенні рівня розвитку інтересу учнів початкових класів у процесі занять фізичними вправами, а також інтересу до уроків фізичної культури загалом.

ВИСНОВКИ

Отже, інтерес – це активна пізнавальна спрямованість людини на певний предмет або явище дійсності, пов'язана з позитивним емоційним ставленням до об'єкта пізнання. Це усвідомлене, вибірково позитивне ставлення до предмета чи об'єкта дійсності, яке спонукає людину проявляти активність для його пізнання. У сучасній психології інтерес розглядається з багатьох сторін: як вибіркова спрямованість уваги людини; виявлення її розумової і емоційної активності; активатор різноманітних почуттів; особливе поєднання емоційно-вольових та інтелектуальних процесів, що підвищують життєву активність людини; активне пізнавальне та емоційно-пізнавальне ставлення людини до світу; структура, що складається з потреб; спеціальне ставлення особистості до об'єкту, зумовлене її усвідомленням життєвого значення й емоційною привабливістю. Інтерес характеризується широтою, глибиною, стійкістю та дієвістю. У психолого-педагогічній літературі існують серйозні розробки питань сутності пізнавального інтересу та основних чинників, які зумовлюють його становлення в процесі розвитку особистості.

Проведений аналіз літературних джерел дозволив нам виділити основні форми прояву інтересу в учнів через потребу, потяг, бажання, нахил, прагнення, мотив, мету; визначити структуру інтересу, яка складається з інтелектуального, мотиваційного, емоційного і вольового компонентів. Інтерес учнів до навчання характеризується певним психічним станом, який залежить від факторів зовнішнього середовища. Він є джерелом активності, стимулом до навчання з метою оволодіння знаннями, уміннями і навичками. До зовнішніх факторів, які забезпечують формування в учнів інтересу до навчальної діяльності, відносять особистість вчителя, зміст навчання і методику викладання дисципліни.

Особистість дитини 6-10 років формується під впливом провідної діяльності – учіння. Тому усі характеристики та особистісні якості у

молодшому шкільному віці розглядають через призму навчальної діяльності. У процесі керованої навчальної діяльності відбувається розумовий розвиток молодших школярів, виникають зміни в структурному складі інтелектуальної та фізичної активності школярів, у співвідношенні їх основних компонентів. При цьому зростає роль інтелектуальної активності та дещо зменшується значення фізичної діяльності. Великого значення для гармонійного розвитку набуває вироблення у молодших школярів життєво важливих фізичних якостей: спритності, сили, швидкості, витривалості, гнучкості, а також уміння доволі розслаблювати м'язи.

Період початкового навчання посідає особливе місце у виникненні й розвитку в школярів інтересу до фізичної культури і спорту. На цей процес впливають батьки, учителі, учнівські організації, засоби масової інформації, художня література тощо. Більшість авторів виділяє три рівні розвитку інтересу у молодшому шкільному віці – високий, середній і низький, кожен з яких має специфічні показники прояву і формування. Також розрізняють інтерес до занять фізичними вправами за змістом, широтою, глибиною, стійкістю, дієвістю та усвідомленістю. У процесі занять з фізичної культури доцільно закласти усвідомлення значення занять фізкультурною діяльністю для всебічного, гармонійного розвитку і зміцнення власного здоров'я.

На основі аналізу психолого-педагогічної та методичної літератури, а також власних спостережень за уроками фізичної культури у початковій школі тренуваннями нами виявлено недостатню спрямованість уроків фізичної культури та тренувань груп початкової підготовки на виховання інтересу у дітей. З метою усунення виявлених недоліків ми розробили удосконалену методику формування спортивного інтересу учнів початкових класів та впровадили її у процес експериментального навчання. У перебігу констатуючого, формуючого і контрольного етапів експерименту вивчався стан проявів інтересу до занять з фізичної культури у молодших школярів. Оцінка результатів здійснювалася за допомогою емоційного, пізнавального та діяльнісного критеріїв, на основі яких було виділено високий, середній і

низький рівні прояву інтересу до занять з фізичної культури у молодших школярів.

Експериментальна робота з фізичної культури проводилася на уроках, які будувалися за загальними дидактичними вимогами, але мали свої певні особливості, що зумовлювалися специфічним змістом навчального матеріалу і потребою формування інтересу у молодших школярів до занять фізичними вправами. Зокрема, основна увага спрямовувалася на реалізацію таких психологічних умов формування пізнавальних інтересів учнів молодшого шкільного віку: стимулювання інтересу до занять фізичними вправами за допомогою змісту програмного матеріалу; оптимальне поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ; забезпечення емоційності та високої інтенсивності занять фізичними вправами; посилення інтересу до занять фізичними вправами в процесі колективної діяльності. Моделювання змісту уроків ми здійснювали на основі врахування індивідуальних особливостей дітей, їх здібностей та інтересів, тому з підвищенням ролі диференціації фізичної діяльності дітей, на формуючому етапі експерименту надано перевагу ігровим формам.

Експериментальне дослідження показало, що внаслідок використання змісту програмного матеріалу, оптимального поєднання репродуктивних і творчих фізичних вправ, забезпечення емоційності й високої інтенсивності занять фізичними вправами та використання колективної діяльності молодших школярів в учнів експериментального класу підвищився рівень розвитку інтересу до занять з фізичної культури. Нами доведено, що впровадження виділених психологічних умов у практику фізичної діяльності сприяє збагаченню емоційної, пізнавальної сфер, формує фізичні якості учнів, що дає змогу досягти більшої ефективності у підвищенні рівня розвитку інтересу до уроків фізичної культури.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аверін В.А. Психологія дітей та підлітків / 2-е видання. - К, 1998. – 316 с.
2. Андрєва О.В. Мотиваційні фактори навчальної діяльності школярів // Фізичне вих., спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. пр. -Луцьк, 2019. -С.771-774.
3. Андрощук Н.В., Дзюбановський А.Б., Леськів А.Д. Радість руху. – Тернопіль: СМП «Астон», 1999. -114 с.
4. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998.-112 с.
5. Аникієва Н.П. Психологічний клімат в колективі. - Рівне: Педагогічна думка, 2007. – 240 с.
6. Антікова В.А., Єфімов А.О. Виховання у молодших школярів інтересу до занять з фізичної культури // Роль ФК у здоровому способі життя: Матер. І наук.-практ. конф. - Львів. 1992. - С. 171-172.
7. Апанасенко Г.Л. Фізичний розвиток дітей і підлітків. - К.: Здоров'я, 2005. – 112 с.
8. Арєф'єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання у школі. – К.: Освіта, 1997. – 152 с.
9. Арос'єв Д.А. Як долучати до фізичної культури і спорту //Фізична культура у рідній школі. - 2017. - №4-5. - С.8-12.
10. Асієв В.Г. Мотивація поведінки і формування особистості. - К: «Думка», 2016. – 156 с.
11. Балбенко С.Ю. Виховання в учнів інтересу до занять фізичною культурою // Фізичне виховання дітей і молоді. - К.: Здоров'я, 2012.- Вип. 9.-С. 7-9.

12. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Фізична активність людини. - К.: Здоров'я, 2007. – 224 с.
13. Блонский П.П. Психологія молодшого школяра. – К.: Педагогіка, 1968.- 464 с.
14. Бодалів А.А., Столін В.В. Загальна психодіагностика. – Дніпро.: «Промінь», 2000. – 440 с.
15. Божович Л.І. Особистість та її формування. - К: Педагогіка, 1968. – 368 с.
16. Бондаревский Е.Я. Стан та шляхи вдосконалення фізичної культури і спорту молоді // Практич. конфер. «ФК и здоровий спосіб життя». - Черкаси, 2009. – 224 с.
17. Борисенко А.С. Система фізичного виховання учнів початкових класів // Початкова школа. – 2011. - №5. – С. 30-32.
18. Борисенко А.Ф., Цвек С.Ф. Руховий режим учнів початкових класів. Навчальний посібник. – К., 2009. - 190 с.
19. Бугайова І.А. Гра як засіб підготовки дитини до школи //Журнал для батьків. - 2011. - №1.-С.16-18.
20. Букарєв В.А. Вдосконалення системи фізичного виховання школярів. – К.: Наука, 2009. – 124 с.
21. Ведмеденко Б.Ф. Виховання в учнів звички займатися фізкультурою та спортом // Педагогіка і психологія. - 2015. -№1.-С.109-113.
22. Ведмеденко Б.Ф. Досвід займатись фізичною культурою і спортом // Педагогіка. -2008. -№9. -С. 39-42.
23. Винник В.А., Захарова Н.А. Дослідження відношення учнів до занять фізичною культурою і спортом // Педагогіка, 2005. – 250 с.
24. Вікова та педагогічна психологія (О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін. - К.: Просвіта, 2001.- 416 с.
25. Вільчковський Е.С., Козленко М.П, Цвек С.Ф. Система фізичного виховання молодших школярів. Навчально-методичний посібник. - К.: ІЗМН, 2008. - 232 с.

- 26.Власова І.Н. Дослідження доміант дітей // Питання психології. – 2017. - №1. – С. 104-118.
- 27.Власюк Р.А. Мотивація фізкультурно-оздоровчих занять молодших школярів // Матеріали Всеукраїнської наукової конференції, присвяченої 50-річчю факультету фізичного виховання ТНПУ "Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти". - Київ-Тернопіль, 2007. - С. 34-36.
- 28.Волков Б.С. Психологія молодшого школяра. – К.: Просвіта, 2012. – 125 с.
- 29.Виличков А.А., Вяткин Б.А. Індивідуальний стиль навчання в учнів молодшого шкільного віку // Питання психології. – 2009. - №5. – С.10-19.
- 30.Виготский Л.С. Питання дитячої психології. – К.: Наука, 1997, - 224 с.
- 31.Гословська І.Г. Формування позитивної мотивації навчання в молодших школярів на уроках фізичної культури // Наука і освіта. - 2018. - №6. – С.18-24.
- 32.Грищук О.П. Оптимізація самостановлення особистості в умовах учбової діяльності // Практична психологія та соціальна робота. – 2020. - №8. – С. 19-25.
- 33.Гураль І.В. Головне любов до фізичної культури і спорту // Фізична культура в рідній школі. – 2019. - №6. – С. 30-31.
- 34.Гуськов С., Зотов А. Чому потрібно займатись фізкультурою і спортом? // Наука в олімпійському спорті. -№3.-2021.- С. 55-61.
- 35.Давидова О.М., Кієнко В.М. Вікова динаміка формування психофізіологічних функцій і їх зв'язок з властивостями основних нервових процесів в учнів молодшого шкільного віку. // Матер. Всеукр. наук, симпозіуму. - Київ-Черкаси, 2019. - С.29-32.
- 36.Давидов В.В., Цукерман Г.А. Молодший школяр як суб'єкт освітньої діяльності // Питання психології. – 2012. - №3-4. – С.84-101.
- 37.Джидарьян Й.А. Про потребу та мотивацію. - К.: Знання 2004. – 112 с.

38. Дорошенко Є.Ю., Клопов Р.В., Гусак О.Ю. Про формування здорового способу життя молодших школярів // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти». - К.: ІЗМН, 2017. - С. 270-273.
39. Дубогай О., Очагегуєва І. Моніторинг оздоровчо-виховно процесу у молодших школярів // Тези допов. 4 Міжнар.наук.конф. «Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації і спортивної медицини та реабілітації». – К., 2012. - 365с.
40. Дусавицкий А.К. Розвиток пізнавальних процесів людини // Питання психології. – 2005. – №3. – С. 21-30.
41. Дусавицкий А.К. Дослідження пізнавальних мотивів // Питання психології. – 2006. - №3. – с.74-93.
42. Жуковський В. Використання міжпредметних зв'язків на уроках фізичної культури в початкових класах // Рідна школа. – 2014. - №7-8. – С. 48-49.
43. Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій. - Луцьк.: Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2017 - 180с.
44. Зимня І.А. Педагогічна психологія. – К.: Пегас, 2009. – 382с.
45. Ізвекова Е.К. Спортивні інтереси школярів // Питання фізичного виховання школярів. – 2011. - №3. -С.38-42.
46. Карповский Т.К. Про спортивні інтереси школярів. - К.: НУФВСУ, 2009. - С. 152-154.
47. Качашкін В.Н. Фізичне виховання в початкових класах. – К.: Педагогіка, 2003. – 224 с.
48. Козленко Й. А. Формування у школярів потреби до занять фізичними вправами // Фізичне виховання в рідній колі. – 2017. - №3. - С.74.
49. Козленко М.П. Виховання у студентів інтересу до фізкультури і спорту. - К.: Знання, 2012. – 48 с.

- 50.Козленко О. Формування мотивів фізичного вдосконалення у молодших школярів // Фізкультура в рідній школі. – 2019. - №4. -С 30.
- 51.Кондрашова Н.М. Мотиви занять спортом // Наукові праці НУФВСУ за 2018 р..-Т.1.-М., 2019.-С.114-115.
- 52.Концепція національної системи фізичного виховання // Поч. школа. – 2022. - №1. – С. 50-51.
- 53.Крайнюк В.М., Шумигора Л.І., Кирієнко Л.А. Психологічні та психофізіологічні особливості молодшого шкільного віку // Матер. Всеукр. наук, симпозиуму. - Київ-Черкаси, 2019. - С.53.
- 54.Круцевич Т., Безверхня Г. Формування мотивації до занять спортом // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: Міжнародний науковий конгрес. - К., 2018. - 385с.
- 55.Круцевич Т.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я - К.: Олімпійська література, 1999. – 240 с.
- 56.Круцевич Т.Ю., Петровский В.В. Фізичне виховання як соціальне явище // Наука в олімпійському спорті. -2011.-№3.-С.3-16.
- 57.Крюченко В.С. Формування стійкого інтересу до фізичної культури і спорту // Фізична культура в рідній школі. -2019. - №5.-С.38-39.
- 58.Кулагіна І.Ю. Вікова психологія. – К.:Знання, 1996. – 120 с.
- 59.Левитский П.М., Язловецкий В.С. Развитие познавательного интереса до фізичної культури і спорту // Матеріали научно-методичної конференції з питань фізичного виховання в школі та розвитку юнацького спорту. - Вип. 2. - Чернівці, 2012. - С.305.
60. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей. -Львів: Штабар, 1997. -207 с.
- 61.Майборода В., Друзь З. Виховання інтересів молодших школярів // Початкова школа. – 2000. – №4. – С. 7-10.
- 62.Малихіна О.В. Особливості мотивації учіння дітей молодшого шкільного віку // Початкова школа, - 2012. - №7. – с.50-53.

63. Молодший школяр / Під ред. А.Г.Хрипкової. – К.: Педагогіка, 1988. – 210 с.
64. Мотивація, як засіб спортивного результату. Оглядова інформація. - К.: НУФВСУ, 2018. – 96 с.
65. Обухова Л.Ф. Дитяча психологія: теорії, факти, проблеми. – К: Просвіта, 2006. – 387 с.
66. Огніста К. Методика формування фізичної культури учнів початкових класів (форми, засоби, методи). – Тернопіль, 2003. – 161 с.
67. Остапенко О. Виховання у молодших школярів інтересу до фізкультури // Початкова школа. - 2016. - №6. – С. 22-24.
68. Папуша В.Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. - Тернопіль: Збруч. - 2000. - 248 с.
69. Петренко І.І. Як здружити школярів з фізкультурою і спортом. - К.: Знання, 2017. - 48 с.
70. Петровский В.В., Круцевич Т.Ю. Особисті потреби і мотивація як один із факторів, що визначає направленість занять фізичними вправами // Світоч / - 2017. - №4. - С.22-24.
71. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Основи здоров'я і фізична культура». 1-4 класи. - К.: Початкова школа, 2022. – 112 с.
72. Прохоров А.О., Гемінг Г.Н. Особливості психічних станів школярів // Питання психології. – 2018. - №4. – С.40-52.
73. Савченко О.Я. Дидактика початкової школи. – К.: Абрис, 1997. – 416 с.
74. Сидоров Е.А. Підвищення рухової активності школярів на уроках фізичної культури з урахуванням педагогічних та психологічних факторів: Автореф. дис. к.п.н. - К, 2009. – 24 с.
75. Сінгаєвський С. Формування позитивного ставлення школярів до фізичного виховання // Фізичне виховання в рідній школі. - 2001. -№1. - С. 33-36.
76. Сінгаєвський С. Фізичне виховання школярів // Початкова школа. – 1999. - №2. – С. 25-28.

- 77.Фельдштейн Д.Н. Психологія розвитку особистості в онтогенезі. - К: Педагогіка, 2009. – 436 с.
- 78.Хоменко Н.М. Виховання інтересу до уроків фізкультури // Початкова школа. - 2002.- №3 – 4. – С. 12-15.
- 79.Цвек С.Ф. Фізичне виховання молодших школярів. – К., 1986. – 125 с.
- 80.Цукерман Г.А. Що розвиває, а що не розвиває навчальну діяльність молодших школярів // Питання психології. – 2018. - №5. – с.60-74.
- 81.Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. – Львів: Світ, 2013.
- 82.Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 183 с.
- 83.Якиманська І.С. Розробка технології особистісно орієнтованого навчання // Педагогіка. – 1995. - №2. – С. 84-89.

ДОДАТКИ**Додаток А****Бланк методики незавершених речень**

Закінчити речення:

а) Найбільше я люблю, коли вчитель _____

б) Я люблю школу за те, що _____

в) Мені цікаво на уроках, коли _____

Додаток Б

Анкета для учнів

Познач відповідь, яка тобі найбільше підходить.

1. Тобі подобаються уроки фізичної культури?
 - не дуже;
 - подобаються;
 - не подобаються.
2. У школі ти завжди з радістю ідеш на урок фізичної культури чи тобі більше подобаються уроки з інших предметів?
 - частіше хочу залишитися вдома;
 - буває по-різному;
 - хочу йти до школи.
3. Якби вчитель сказав, що завтра на урок фізичної культури не обов'язково йти всім учням, бажаючі можуть залишитися вдома, ти пішов би на цей урок чи залишився вдома?
 - не знаю;
 - залишився б вдома;
 - пішов би на урок.
4. Тобі подобається, коли немає якогось уроку?
 - не подобається;
 - буває по-різному;
 - подобається.
5. Ти хочеш, щоб тобі не давали домашніх завдань з фізичної культури?
 - хочу;
 - не хочу;
 - не знаю.
6. Ти хочеш, щоб на уроках фізичної культури були лише спортивні ігри?
 - не знаю;
 - не хочу;

- хочу.
7. Ти часто розповідаєш про уроки фізичної культури батькам?
- часто;
 - рідко;
 - не розповідаю.
8. Ти хочеш, щоб у тебе був менш строгий учитель фізкультури?
- точно не знаю;
 - хочу;
 - не хочу.
9. У тебе багато улюблених спортивних занять?
- багато;
 - мало;
 - нема друзів.
- 10.Тобі подобається займатися фізичними вправами на уроках фізичної культури?
- подобається;
 - не дуже;
 - не подобається.

Дякуємо за щирі відповіді!