

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

На правах рукопису

Діхтяренко Зоя Михайлівна

УДК 37:613.88-053.6:374

**ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
У ПРОЦЕСІ ПОЗАКЛАСНОЇ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

13.00.07 – теорія і методика виховання

Дисертація
на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Науковий керівник
кандидат педагогічних наук, доцент
Ткаченко Віктор Тимофійович

Умань – 2008

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ПОЗАКЛАСНОЇ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА	12
1.1. Теоретичні засади виховання наполегливості школярів у процесі позакласної ігрової діяльності	12
1.2. Суть, походження та розвиток позакласної ігрової діяльності	28
1.3. Класифікація рухливих та українських народних ігор	54
Висновки до першого розділу	75
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПОЗАКЛАСНІЙ ІГРОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	77
2.1. Організація та методика проведення експериментальної роботи	77
2.2. Педагогічна модель та технологія виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності	108
2.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження	130
Висновки до другого розділу	161
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	162
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	166
ДОДАТКИ	189

ВСТУП

Одним із основних завдань держави у галузі освіти є турбота про здоров'я нації, виховання фізично загартованого підростаючого покоління. Цим зумовлена необхідність посилення виховної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах України та обґрунтування ефективних методик виховання учнів здатних наполегливо навчатися у школі та займатися фізичною культурою у процесі позакласної діяльності.

Основні підходи до виховання учнів окреслено у Національній доктрині розвитку освіти України XXI століття, Державному стандарті базової і повної загальної середньої освіти, Законі України “Про фізичну культуру і спорт”, Концепції фізичного виховання у системі освіти України, Державній програмі розвитку фізичної культури та спорту на 2007-2011 роки.

Суспільство кінця XX початку XXI ст. характеризується негативним впливом засобів масової інформації на фізичне, розумове, психічне, соціальне, емоційне, особистісне й духовне здоров'я школяра. Це призводить до того, що поведінці більшості дітей притаманна підвищена нервозність, надмірна вразливість, гарячковість, емоційна неврівноваженість. Найбільше непокоять батьків, педагогів, психологів, соціальних працівників такі прояви поведінкової активності дітей молодшого шкільного віку, як агресивність, жорстокість, духовна спустошеність. Логічним поясненням цьому є те, що значна частина дітей не має можливості відвідувати спортивні клуби за інтересами, гуртки, секції, оскільки вони майже всі платні. З іншого боку, функціонально-емоційний стан молодших школярів погіршується у зв'язку зі зниженням опорної здатності дитячого організму до захворювань.

Актуальність дослідження. Відомо, що ігрова діяльність учнів молодших класів у позаурочний час – важливий засіб подолання негативних тенденцій, що склалися у сучасному суспільстві. Гра – один з видів діяльності дітей молодшого шкільного віку, хоча пріоритетним стає навчання. Рухлива

гра є різновидом ігор. Як явище багатогранне, її можна розглядати як особливу форму існування всіх, без винятку, сторін життєдіяльності колективу. Велику роль відіграє гра у розвитку й вихованні дитини, становленні особистості школяра, вона виступає своєрідним і незамінним засобом у вихованні, навчанні, пізнанні та самореалізації кожного учня. Виховання у молодших школярів наполегливості під час рухливих ігор у процесі позакласної діяльності є важливою передумовою забезпечення їхнього фізичного розвитку, вдосконалення не тільки фізичних сил, а й морально-вольових якостей.

Аналіз чисельної наукової літератури з питань позакласної діяльності показав, що ця проблема останнім часом викликає все більший інтерес дослідників і практиків.

До початку XX століття у науці виділено два підходи до керівництва ігровою діяльністю: стихійний і педагогічно упорядкований. Тривалий час соціокультурна регуляція ігрової діяльності здійснювалася інтуїтивно та безсистемно, що послужило поштовхом до розгортання наукових досліджень. На початок XXI століття ігрова діяльність стає об'єктом вивчення науковців, педагогів, психологів, філософів та вчених інших галузей, які прагнули дослідити її історичне походження.

Гра – один з видів діяльності дітей дошкільного віку, а також школярів, хоча пріоритетним у цьому віці стає навчання. Рухлива гра є різновидом ігор. Як явище багатогранне, її можна розглядати як особливу форму існування усіх, без винятку, сторін життєдіяльності колективу. Велику роль відіграє гра у розвитку й вихованні дитини, становлення особистості школяра, вона виступає своєрідним і незамінним засобом у самовихованні, самонавчанні, самопізнанні та самореалізації кожного учня. Виховання у молодших школярів стійкого інтересу до рухливих ігор у процесі позакласної ігрової діяльності є важливою передумовою забезпечення їхнього фізичного розвитку, вдосконалення не тільки фізичних сил, а й морально-вольових якостей.

Питання застосування рухливих та українських народних ігор у системі фізичного виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку було предметом дослідження багатьох учених, а саме: Е.С. Вільчковського (1989) (педагогічні умови удосконалення процесу формування рухової підготовленості дітей 5-7 років); Ю.М. Салямiна (1989) (методика управління руховою активністю на основі комплексної оцінки фізичної підготовленості дітей 6-річного віку); Н.Ф. Денисенко (1994) (педагогічні умови активізації рухового режиму дітей 5-6 років у дитячих закладах); О.І. Курка (1994) (педагогічні умови навчання дітей старшого дошкільного віку рухових дій з м'ячем); О.Л. Богiніч (1997) (педагогічні умови підвищення рухової активності дітей 4-5 років на заняттях фізичною культурою); Г.В. Воробей (1997) (вплив народних ігор та забав через загартування молодших школярів різних етнографічних груп Прикарпатського краю); А.Я. Вольчинського (1998) (українські народні ігри за ознакою їх переважаючого впливу на стан здоров'я та рухову підготовленість дітей 5-6 років); В.І. Левків (1998) (особливості засобів української національної фізичної культури в різних сферах життєдіяльності дітей молодшого шкільного віку); С.Б. Мудрика (1999) (застосування українських національних рухливих ігор у системі фізичного виховання молодших школярів), він розробив класифікацію для учнів 2–3 класів та удосконалив методику проведення ігор; А.О. Артюшенко (2003) (виховання вольових якостей в учнів середнього шкільного віку в процесі занять фізичною культурою) та ін.

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки до проблеми застосування ігрової діяльності у формуванні особистості школяра зверталися педагоги-дослідники: Н.В. Андрощук, Л.В. Артемова, Л.В. Билеєва, Е.С. Вільчковський, Н.Ф. Денисенко, Д.А. Колоцца, Я.А. Коменський, І.М. Коротков, А.Д. Леськів, А.С. Макаренко, В.Я. Махов, М. Монтессорі, Р.С. Мозола, В.Н. Мухін, В.О. Сухомлинський, О.В. Тимошенко, К.Д. Ушинський, Д.В. Хухлаєва, С.Ф. Цвек, А.В. Цьось, М.К. Шейко, Л.Р. Шпачук, В.Г. Яковлев та ін., а також відомі психологи: Б.Г. Ананьєва,

І.Д. Бех, Л.В. Волков, М.І. Демкова, Д.Б. Ельконін, О.В. Запорожець, П.Ф. Каптерева, О.М. Леонтьєв, О.В. Проскура, С.Л. Рубінштейн та ін. Педагогічні проблеми змісту та методів початкового навчання у їх взаємозв'язку з ігровою діяльністю досліджували: Н.М. Бібік, В.І. Бондар, М.С. Вашуленко, О.Я. Савченко, Г.С. Тарасенко. Гра, як один з цікавих і продуктивних видів організації позаурочної та позашкільної навчально-виховної роботи стала об'єктом дослідження В.Г. Кузя, О.В. Матвієнка, С.Г. Мельничука, А.В. Фока, М.Г. Яновської та інших учених.

У вивченні вольових якостей дітей та молоді значну роль відіграють фундаментальні праці Ю.П. Азарова, І.Д. Бека, П.П. Блонського, В.В. Богословського, Л.С. Виготського, А.І. Висоцького, Ф.Н. Гоноболіна, П.І. Іванова, Є.П. Ільїна, В.К. Каліна, Г.С. Костюка, В.А. Крутецького, Н.Н. Ланге, О.Ц. Пуні, П.А. Рудика, В.І. Селіванова, І.М. Сєченова, І.А. Сікорського, Б.М. Смірнова та ін.

Педагогічні проблеми змісту та методів початкового навчання у їх взаємозв'язку з ігровою діяльністю досліджували Н.М. Бібік, В.І. Бондар, М.С. Вашуленко, О.Я. Савченко, Г.С. Тарасенко та ін.

Проаналізувавши психолого-педагогічну літературу та дисертаційні дослідження, в яких розкрито різні погляди на виховання і розвиток молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності, можна зробити висновок, що проблемі виховання наполегливості в учнів молодших класів засобами ігрової діяльності не приділялося достатньої уваги. Тому її актуальність та недостатня розробленість у теорії і практиці початкової освіти зумовили вибір теми дисертаційного дослідження – **“Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності”**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Тема дисертаційного дослідження є частиною комплексної теми кафедри методики початкового навчання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини “Підготовка студентів до

застосування інноваційних технологій навчання в умовах сільської малокомплектної школи” (державний реєстраційний номер 0103U003313). Тема роботи затверджена на засіданні вченої ради Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини (протокол № 9 від 27.04.2005 р.) й узгоджена у Раді по координації наукових досліджень в галузі педагогіки та психології в Україні (протокол № 5 від 24.05. 2005 р.).

Мета дослідження – розробити педагогічну модель та теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити педагогічні умови виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності.

Об’єкт дослідження – процес виховання молодших школярів у позакласній діяльності.

Предмет дослідження – педагогічні умови виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.

Гіпотезою дослідження є припущення, що ефективність виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності підвищиться, якщо: впровадити розроблену педагогічну модель та умови у позакласну діяльність із застосуванням рухливих й українських народних ігор відповідно до ступеня прояву наполегливості; обґрунтування системи рухливих та українських народних ігор відповідатиме віковим особливостям учнів для виховання наполегливості як особистісного утворення молодших школярів; виховний процес супроводжуватиметься систематичною діагностикою рівнів вияву досліджуваної якості; в ігровому процесі застосовуватиметься поетапна особистісно зорієнтована технологія виховання наполегливості учнів.

Досягнення поставленої мети й перевірка гіпотези здійснювалися шляхом розв’язання наступних **завдань** дослідження:

1. З’ясувати стан проблеми у педагогічній теорії і виховній практиці та теоретично обґрунтувати сутність понять “виховання наполегливості” як особистісного утворення молодших школярів та “позакласна ігрова діяльність”.

2. Доповнити класифікацію рухливих та українських народних ігор, які забезпечать ефективне виховання досліджуваної якості, описавши методику розроблення ігор, естафет з елементами футболу і обґрунтувавши технологію виховання наполегливості учнів початкових класів засобами ігрової діяльності.
3. Конкретизувати критерії та показники вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.
4. Обґрунтувати та експериментально перевірити рівні вихованості та ступінь прояву наполегливості в учнів 1-4 класів.
5. Розробити педагогічну модель та експериментально перевірити педагогічні умови виховання наполегливості молодших школярів у процесі проведення рухливих ігор у позаурочний час.

Теоретичну основу дисертаційної роботи склали загальні психолого-педагогічні положення теорії гри та діяльності (Б.Г. Ананьєв, Е.А. Аркін, П.П. Блонський, Л.В. Волков, Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Є.П. Ільїн, О.В. Запорожець, В.В. Зеньківський, Г.С. Костюк, О.М. Леонтьєв, Г.О. Люблінська, С.Л. Рубінштейн, С.Ф. Русова); теоретичні засади особистісно орієнтованого виховання (І.Д. Бех, О.М. Коберник, В.Г. Кузь); концепції формування людини засобами фізичної культури, зокрема рухливими іграми (В.Г. Арєф'єв, Л.В. Артемова, Н.Ф. Денисенко, Є.О. Покровський).

У процесі розв'язання поставлених завдань використано такі **методи** дослідження:

– теоретичні: теоретико-критичний аналіз державних документів щодо перспектив фізичного виховання в школі, навчальних програм і нормативних документів з фізичного виховання; аналіз філософської, фізіологічної, психолого-педагогічної та методичної літератури з проблеми дослідження; узагальнення передового педагогічного досвіду вчителів з метою порівняння, узагальнення інформації для подальшого обґрунтування технології виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності;

- емпіричні: спостереження за педагогічним процесом і позакласною діяльністю; анкетування та бесіди з учнями, батьками, вчителями з метою обґрунтування висновків про стан і динаміку процесу вихованості наполегливості молодших школярів;

- констатувальний, формувальний та контрольний педагогічний експеримент з подальшим визначенням та обґрунтуванням експертної оцінки наполегливості; інструментальні методи вимірювання обсягу та інтенсивності фізичних навантажень;

- методи математичної статистики та порівняльного аналізу для визначення показників вихованості наполегливості; розподілу за групами ігор та характером їх впливу на ступінь прояву наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота проводилася на базі загальноосвітніх шкіл I-III ступенів № 1, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 14 м. Умань Черкаської області. У констатувальному та формувальному експерименті взяли участь 848 учнів (210 учнів у віці 6 років, 190 – у віці 7 років, 245 – у віці 8 років, 203 – у віці 9 років).

Наукова новизна та теоретична значущість дослідження полягає у тому, що вперше розроблено педагогічну модель та теоретично обґрунтовано, експериментально перевірено педагогічні умови й технологію виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності; обґрунтовано сутність понять “виховання наполегливості” та “позакласна ігрова діяльність” стосовно молодших школярів; конкретизовано критерії оцінювання, показники, обґрунтовано та експериментально перевірено рівні вихованості наполегливості учнів початкових класів; отримано нові дані про вплив ігрової діяльності на виховання досліджуваної якості; розроблено сучасну діагностику визначення рівнів вихованості наполегливості учнів 1-4 класів; подальшого розвитку набула класифікація рухливих та українських народних ігор і їх розподіл за групами й характером впливу на ступінь прояву наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.

Практична значущість дослідження полягає в узагальненні передового досвіду загальноосвітніх шкіл з досліджуваної проблеми та розробці методичних рекомендацій щодо виховання наполегливості учнів загальноосвітньої школи засобами ігрової діяльності. Запропонована особистісно орієнтована технологія дала змогу практично перевірити розроблені ігри та естафети з елементами футболу “Хто швидше, або естафетний біг?”, “Витривалі бігуни”, “Ведмеді на полюванні”, “Естафети павуків”, “Молодці – стрибунці”, “Злови м’яч”, “Удар на точність”, “М’яч у коло”, “Рикошет”, “Перехоплення м’яча”, “М’яч по колу”, “Влучити у ціль”, “Зустрічна естафета”, “Гра у квадраті”, “М’яч через тунель” тощо; обґрунтовано та експериментально перевірено рівні та ступінь прояву вихованості наполегливості в учнів 1-4 класів. Отримані дані можуть бути оформлені у вигляді спецкурсів; використані вчителями фізичної культури і початкових класів, студентами педагогічних навчальних закладів, у системі післядипломної освіти для підвищення психолого-педагогічного та фізичного рівнів підготовленості студентів, учителів.

Впровадження результатів дослідження. Результати дисертаційного дослідження впроваджено у навчально-виховний процес восьми загальноосвітніх шкіл міста Умань Черкаської області (довідка з відділу освіти про впровадження № 756 від 23.04.2007 р.).

Апробація результатів дослідження. Основні положення, висновки, результати дослідження повідомлялися під час виступів на Міжнародних науково-практичних конференціях: “Формування професійної майстерності майбутнього вчителя в умовах ступеневої освіти” (м. Житомир, 30-31 жовтня 2003 р.); “Развитие личности в поликультурном славянском образовательном пространстве” (м. Кривий Ріг, 15-16 вересня 2004 р.); на Всеукраїнських науково-практичних конференціях: “Актуальні проблеми виховання в сучасних соціокультурних умовах” (м. Київ, 14-15 жовтня 2003 р.); “Шляхи оптимізації вищої фізкультурної освіти в Україні” (м. Дніпропетровськ, 28-29 жовтня 2003 р.); “Футбол в Україні – витоки, традиції, перспективи”

(м. Львів, 12 жовтня 2004 р.); “Підготовка вчителя до впровадження нових технологій навчання у малокомплектній початковій школі” (м. Умань, 15-16 жовтня 2004 р.); “Основні напрями розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації в Україні” (м. Дніпропетровськ, 20-21 жовтня 2004 р.). Отримані результати доповідалися й обговорювалися на засіданнях кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи, у лабораторії сільської школи Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини; на семінарах і методичних об’єднаннях учителів початкових класів і фізичної культури загальноосвітніх шкіл міста Умані та Черкаської області;

Публікації. Основні положення й висновки дисертації знайшли відображення в 11 одноосібних наукових працях, що входять до переліку видань, затверджених ВАК України.

Структура і обсяг роботи. Дисертація складається із вступу, двох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (304 джерела) та додатків. Загальний обсяг дисертаційної роботи складає 275 сторінок друкованого тексту, з яких 165 сторінок основного тексту, 23 сторінки списку використаних джерел, 87 сторінки додатків. Робота містить 31 таблицю, 19 рисунків, 1 схему, 2 формули і 11 додатків.

РОЗДІЛ 1

ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ПОЗАКЛАСНОЇ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

1.1. Теоретичні засади виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності

Наполегливість – одна з вольових якостей особистості. В історії науки, починаючи з античних часів, поняття “воля” завжди диференціювалося. У різні часи розвитку суспільства кожна особистість, яка прагнула самовдосконалитися, систематично займалася вихованням своєї волі. У творах Сократа, Демокріта, Епікура, Лукреція та інших мислителів знаходимо яскраву характеристику вольових якостей особистості. Так, Платон під волею розумів деяку активність душі, яка визначала та спонукала активність людини. Аристотель пов’язував волю із розумом, діяльністю і почуттями. Августин і Фома Аквінський вперше розвинули теорію “свободи волі”. Спіноза, не вважаючи волю особливою здатністю душі, поєднував її з сукупністю хотінь, причинно пов’язував зі всіма афектами людини. В цьому він наближався до Епікура. Джон Локк, використовуючи ідеї своїх попередників – Бекона і Гоббса, розробив сенсуалістичну теорію волі. Це положення про те, що немає ніяких вроджених ідей, що пробудження, потреби і бажання формуються при житті людини, у процесі впливу на неї зовнішнього світу. Локківська свобода волі і є рефлексія. У німецькій філософії XVIII ст. воля, за В. Лейбніцем, виводиться із спонтанного прагнення самодіяльної духовної субстанції. Вона розглядалася як усвідомлене прагнення, яке виникає на стадії розуміння темних уявлень. У той час В. Мендельсон, І. Тененс, І. Кант відновили поділ психічних явищ на пізнавальні, емоційні і вольові. У XIX столітті німецькі філософи – ідеалісти

І. Кант, Ф. Гегель, Й. Фіхте та ін. ввели поняття “чиста” воля, а А. Шопенгауер і Д. Гартлі – “сліпа” воля, яка є єдиною причиною поведінки тварин і людей. Феєрбах трактував волю через сферу внутрішніх спонукань, не займаючись аналізом волі у діяльності. Демократи, матеріалісти В.Г. Белінський, О.І. Герцен, М.О. Добролюбов, М.Г. Чернишевський відкинули метафізичне розуміння волі як якоїсь автономної здатності, відірваної від знань, умінь і почуттів людини і матеріалістичної основи їх – нервової діяльності. З цього приводу Жан Жак Руссо писав: “Якщо воля дітей не зіпсована з нашої вини, то вони нічого не бажають без цілі” [1, с. 112]. Принципово новим етапом у науковому поясненні волі людини була рефлекторна теорія І.М. Сеченова [2].

Отже, до ХІХ ст. для дослідників залишилося відкритим питання про те, як кваліфікувати поняття “воля”. Неоднотайні вони і щодо заперечення волі як самостійного психологічного явища та її здатності долати труднощі та перешкоди. За словами Л.С. Виготського, ще досі не написана історія розвитку дитячої волі [3, с. 14]. На сьогоднішній день, зусиллями багатьох психологів, учених (П.Е. Астаф'єв, І.Д. Бех, Л.С. Виготський, Ф.М. Гоноболін, Н.А. Зверєва, П.І. Іванов, Н.І. Карєєва, Н.Н. Ланге, С.Л. Рубінштейн, В.І. Селіванов, О.М. Степанов, А.А. Токарський, Л.М. Толстой та ін.) сформувалося кілька наукових напрямків, які досліджували волю у різних аспектах: воля як волюнтаризм, або автономна воля (Августин, В. Вундт, Е. Гартман, І. Кант, Іоан Лунс Скотт, З. Фрейд, А. Шопенгауер), воля як свобода вибору (свобода волі) (А. Бергсон, К. Вентцель, Н.Я. Грот, Н.А. Зверєва, Н.І. Карєєва, Н.Н. Ланге), генерономна теорія волі (І.Ф. Гербарт, Г. Еббінгауз), воля як довільне керування поведінкою (А.А. Токарський), воля в знаннях і воля у вірі (П.Е. Астафєва, У. Джемс, Л.М. Толстой), воля як мотивація та вольова регуляція (Л.І. Божович, Л.С. Виготський, П. Каптеров, П.А. Рудик, В.І. Селіванов, І.М. Сеченов). Більш детально про різні теорії описано Л.С. Виготським [4].

Поняття “воля” (лат. voluntas, англ. will, італ. volonta, нім. Wille, франц. volonte) у різних словниках (психологічних, педагогічних та філософських)

[5-19] тлумачиться по-різному, однак спільним у цих визначеннях є те, що *воля* – свідомо психічна діяльність людини, її активність, регулююча функція мозку, яка визначається активними цілеспрямованими діями, вчинками, бажаннями реалізувати поставлену мету з попереднім вибором засобів пов'язаних із переборенням труднощів, перепон.

Дослідники XIX-XX ст. розширили значення волі стосовно особистості. Так, Є.А. Аркін вводить поняття ядра волі [20, с. 182-183]. І.Д. Бех розглядає спонукальні стимули дій і вчинків, які існують у навколишньому середовищі, а не у самій людині; описує важливу роль волі у психічному житті людини; аналізує першопричини виникнення волі [21, с. 5-6]. Л.С. Виготський пише про факт дива, втручання духовного чинника під час перебігу нервових процесів у спробах пояснення волі [3, с. 118]. Розвиток волі, яка пов'язана з моральними мотивами діяльності дитини, досліджували О.В. Запорожець та Я.З. Неверович [22, с. 18].

На побічні шляхи розвитку волі, на маленькі завдання, які збагачені емоційно, звертає увагу дослідників В.В. Зеньківський. Через ігри сприятливо розвивається виразна активність [23, с. 273]. П.Ф. Каптерев переконаний, що воля у своїй основі – це рухова сила ідей і почуттів [24, с. 386].

За словами І.О. Сікорського, воля виявляється у трьох формах: руховий початок; змістовний початок; увага [25, с. 158].

Д.А. Колодця стверджує, що врегулювати перші вольові спроби допоможуть ігри, які є великим джерелом різних емоційних станів і антипатій. Вони можуть зробитися цінними та допоможуть регулювати перші вольові спроби, направляти послідовно виявленими проявами волі [1, с. 248].

Погоджуючись з думкою Д.А. Колодця, Жюль Пейо стверджує, що фізичні вправи впливають на вироблення сили волі; описав процеси виховання та самовиховання волі [26, с. 1, 102].

П.І. Іванов, В.К. Котирло, В.І. Селіванов, К.Д. Ушинський та інші досліджували виховання волі через прагнення до мети і готовність докласти

зусиль для подолання труднощів, через єдність слова і діла, через закріплення своєї перемоги [27, с. 32; 28, с. 368; 29, с.18; 30, с. 19; 31, с. 420].

В.В. Волошина, Л.Д. Волинська, С.О. Ставицька, О.В. Темрук пропонують дослідження “сили волі” (Додаток А.1).

А.С. Макаренко, спрямовуючи погляд на вольові якості колективіста, пише, що волю, мужність, цілеспрямованість не можна виховувати без спеціальних вправ у колективі [32, с. 425].

В.О. Сухомлинський у порадах учителеві звертає увагу на силу волі, її слабкість у вихованця під час самовиховання [33, с. 153; 34, с. 600, 606, 644].

А.І. Плотічер, аналізуючи праці попередників, визначає правила та шляхи поведінки людини, яка виховує і розвиває волю (Додатки А.2, А.3) [35, с. 14-15].

Проблема свободи волі є стрижневим питанням у філософії та психології. Античні мислителі свободу волі ототожнювали зі свободою дії, виконанню якої не перешкоджають жодні перепони. Про неї писали Л.М. Толстой [36, с. 5], князь М.С. Трубецький [37, с. 521] та ін.

До розкриття питання про волю людини у своїх бажаннях, рішеннях, діях зверталися К. Вентцель [38], Н.Я. Грот [39], Н.А. Зверєва [40], П.О. Каптерев [41], Н.І. Карєєва [42], Н.Н. Ланге [43], Т. Соловйов [44], О.М. Степанов [45], А.А. Токарський [46] та ін.

Воля виступала об'єктом наукових досліджень у працях таких учених, як: М.Я. Басова [47, с. 55], В.В. Богословського, А.А. Степанова, А.Д. Виноградової [48, с. 120, 125; 49, с. 315-316], К. Бюлера [50, с. 133], М. Горького [51, с. 3], Ф.М. Гоноболіна [27, с. 146], В.М. Екземплярського [52, с. 7, 9], П.І. Іванова [28, с. 336; 53, с. 359], Є.П. Ільїна [54, с. 39]; К.К. Платонова та А.В. Шмакова [55, с. 27-33], С.Л. Рубінштейна [57, с. 590-591], Т. Рібо [56, с. 13], П.А. Рудика [58, с. 83], Т. Румпеля [59, с. 114], В.І. Селіванова [30, 60, 61], І.М. Сеченова [62, с. 167], Г. Спенсера [63, с. 304], О.М. Степанова, Ю.Л. Трофімова, М.М. Фіцули [64, с. 361-364; 65, с. 465], а П.Є. Астафєва зосередила увагу про волю у знаннях і волю у вірі [66, с. 90].

Охарактеризував схеми функціонування волі за Аристотелем, В.І. Селівановим, І.М. Сеченовим Є.П. Щербаков і подав власну схему [67, с. 71-73], а С.Д. Максименко на рисунку описав частини волі [68, с. 361].

Досліджував волю в анатомо-фізіологічному аспекті І.М. Сеченов: “...серце побудовано з рубчастих волокон і не підкоряється волі, а м'яз, що виганяє сечу з сечового міхура, належить до розряду гладких і підкоряється їй”; “...у категорію абсолютно непідлеглих волі рухів повинні бути віднесені такі, якими досягаються власне рослинні потреби організму і забезпечуються матеріальна збереженість тіла...”; “...волі можуть підкорятися тільки такі рухи, що усвідомлюються людиною...” [69, с. 245-246].

Цей дослідник виділив такі функції волі (деякі з них): 1) в усіх без винятку випадках форма впливу волі залишається однаковою – “вона може викликати, припиняти, підсилювати і послабляти рух, і тільки ступінь її влади, очевидно, у край різний”; 2) якщо хода заучена, то “воля владна у кожному окремому випадку викликати її, зупиняти на будь-якій фазі, прискорювати і сповільнювати, але у деталі механіки вона не втручається...”; 3) при завчанні складних рухів і дій у зрілому віці за волею “...залишається усвідомлена людиною можливість втрутитися у будь-яку хвилину у рухи і видозмінити їх”; 4) “...ні повсякденне життя, ні історія народів не фіксують випадку, де одна холодна, безособова воля могла б зробити який-небудь моральний подвиг”; 5) “...у думці про не-свободу у волі ховається корінь такої моральної розбещеності, межі якої і передбачити не можна”; 6) “думка про свободу волі, незважаючи на її значну поширеність між людьми, є теоретичним поясненням відомого явища - те, що звичайно називають науковою істиною або науковою гіпотезою, залежно від того, чи представляє пояснення повну вірогідність чи часткову”; 7) “сильна воля, що нехтує небезпекою для життя, переростає у міцне моральне почуття, що перемагає страх смерті: воля без моралі – у закоренілий інстинкт або пристрасть і т.п.”; 8) “...воля владна діяти лише на ті рухи, що викликані потребами життя”; 9) “вплив волі, на зупинку існуючих рухів і імпульсів до них (притримання

кашлю, чхання тощо) настільки очевидні, що існування їх у нервовому житті людини не потребує доказів”; 10) “...природно думати, що у всіх випадках, де свідомо існують сильні імпульси до рухів, але людина перемагає їх силою волі і залишається при цьому зовсім спокійною, у її тілі діють гальма” [62, с. 249-250, 257, 260, 428, 436-437, 514, 599] і т.д.

Виникнення вольового процесу звичайно пов’язують з найбільш ранніми проявами психічної діяльності індивіда [21, с. 5]. У вольових процесах емоційні та інтелектуальні моменти проявляються у специфічному синтезі; афект у них виступає під контролем інтелекту [57, с. 602]. Суттєвими моментами, або фазами вольового процесу є: визначення, постановка і вибір цілі, добір засобів, прийняття рішення і виконання його [28, с. 337].

С.Л. Рубінштейн вольові дії описує у двох формах: простій та складній [57, с. 594]; І.Д. Бех звертав увагу на власне вольовий процес, який пов’язаний з хотінням [21, с. 8]; Л.С. Виготський, Ф.М. Гоноболін описують хотіння у вольовому акті [70, с. 202; 27, с. 164]; Т. Рібо та С.Л. Рубінштейн дають власні визначення хотінню [56, с. 114; 57, с. 595]; П.А. Рудик до мотивів вольових дій зараховує: потяг, бажання та хотіння [58, с. 88-89].

Отже, з’ясувати сутність поняття “воля” намагалися у різні часи психологи, педагоги і філософи, прагнучи пояснити цей феномен через тлумачення значення цього слова.

Відомі спроби психологів класифікувати вольові якості за певними ознаками, заперечуючи або доповнюючи при цьому вже відомі класифікації. Так, В.К. Калін стверджує, що кількість класифікацій відповідає кількості авторів, що обговорювали цю проблему. Дослідник виділяє первинні вольові якості (енергійність, терплячість, витримка, сміливість) та вторинні (рішучість, хоробрість, наполегливість, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, ініціативність, організованість) [71, с.177-180]. Ним же була розроблена наукова теорія волі [72].

До основних вольових якостей особистості В.В. Богословський відносить: цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, витримка, самостійність [48].

У дослідженні Є.П. Ільїна охарактеризовано класифікацію вольових якостей Ф.Н. Гоноболіна, згідно якої існують дві групи якостей пов'язаних з активністю і гальмуванням небажаних дій і психічних процесів. Якості першої групи – це рішучість, сміливість, наполегливість і самостійність, а другої групи – витримка (самовладання), витривалість, терпіння, дисциплінованість і організованість. За Ф.Н. Гоноболіном, часто неможливо всі вольові якості особистості суворо об'єднати у дві групи з урахуванням переваги процесів активності чи гальмування. Іноді, гальмуючи одні дії, дитина виявляє активність в інших [54, с. 134]. Згідно класифікації Є.П. Ільїна, є два класи вольових якостей: власне вольові (“прості”) і морально-вольові (“складні”). Власне вольові, у свою чергу, поділяються на дві групи. До першої належать цілеспрямованість, тривалість утримання спонукання, вольового зусилля (терплячість, завзятість, наполегливість), до другої – якості самовладання (сміливість, витримка, рішучість) [54, с. 138].

Серед вольових якостей, С.Л. Рубінштейн надає перевагу ініціативності, потім самостійності і незалежності, а на етапі ухвалення рішення – рішучості, яка на етапі завершення вольового акту замінюється наполегливістю. Внутрішні перепони допомагають подолати самоконтроль, витримка і самооволодіння [57, с. 606-607].

Не заперечуючи факт існування різних класифікацій, В.І. Селіванов, вважає, що вольові властивості особистості (цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, рішучість, наполегливість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність) виявляються на всіх стадіях вольової дії, однак ступінь виразності їх на стадіях неоднаковий. Крім того, є якості, відносно постійні, незалежні від певної ситуації, які виражають здібності і вміння переборювати труднощі: наполегливість, рішучість, самооволодіння тощо [60, с. 13-14; 61, с. 10, 16-17].

До основних вольових якостей В.В. Крутецький та А.І. Щербаков відносять, наполегливість і завзятість, витримку, самовладання, сміливість, рішучість, ініціативність, самостійність [73; 74].

У класифікації, запропонованій Р. Ассаджіолі, вольові якості поєднано у тріади: 1) енергія – динамічна сила – інтенсивність; 2) майстерність – контроль – дисципліна; 3) концентрація – зосередженість – увага; 4) рішучість – швидкість – спритність; 5) наполегливість – стійкість – терпіння; 6) ініціатива – відвага – рішучість; 7) організація – інтеграція – синтез. Проаналізувавши описану класифікацію, Є.П. Ільїн робить висновок, що вона не ідеальна, тому що об'єднані якості не мають відношення до “сили волі”, а інколи не поєднуються у тріадах. Класифікація вольових якостей В.В. Нікадрова розроблена із урахуванням просторово-тимчасових та інформаційно-енергетичних параметрів: 1) самостійність (незалежність, цілеспрямованість, упевненість); 2) наполегливість (завзятість, терпіння, упертість, стійкість, твердість, принциповість, послідовність); 3) рішучість і самовладання (витримка, контроль, сміливість, відвага, мужність); 4) принциповість. За словами Є.П. Ільїна, у класифікації В.В. Нікадрова більшість термінів дублюють один одного (стійкість – твердість, самостійність – незалежність, самовладання – рішучість, відвага – мужність). Дослідник переконаний, що у всіх вольових якостях виявляється вольове зусилля, а отже й енергія, тому енергетичний параметр повинен бути віднесений до всіх якостей, а не тільки до рішучості і самовладання, як пропонує В.В. Нікадров [54, с. 135-136].

Характеризуючи класифікацію Ф. Генова, П.А. Рудик виділяє, що наполегливість важлива насамперед у легкоатлетичному бігові, лижних гонках, плаванні, велоспорті, веслуванні, парусному спорті, спортивній і художній гімнастиці, акробатиці, важкій атлетиці, метанні, стрибках, фігурному катанні на ковзанах, стрільбі. Для таких видів спорту, як стрибки на лижах, у воду, стрибках з парашутом, мотоспорт, альпінізм, бокс, боротьба, фехтування наполегливість менш важлива [58, с. 216].

Досліджуючи 41 рису характеру у школярів, Н.Г. Левандовський [75, с. 32-53] виділив п'ять факторів: вольове спонукання: максимальну вагу (домінуючий вплив) має наполегливість – 74, а мінімальну вагу – тихий (-48);

вольове гальмування (уміння володіти собою) вона має – 12, а мінімальна – руховий (-65); відношення до людей: наполегливість – 00, а мінімальна вага – впертий (-60); урівноваженість: має – 49, а мінімальна – живий (-18); колективізм: має – 26, а мінімальна – правдивий (-18).

Дещо по іншому розглядав відомі вольові якості (більше 30) С.А. Петухов, які поділив на 7 груп. До першої групи автор зарахував: наполегливість, цілеспрямованість, ініціативність, послідовність [76, с. 19-20].

Враховавши відсоток прояву морально-вольових якостей особистості, А.І. Ушатіков пропонує таку класифікацію: наполегливість (75,3 %); цілеспрямованість (69,4 %); організованість (68,3 %); ініціативність (45,3 %); сміливість (41,1 %); рішучість (35,9 %); витримка (31,2 %); самостійність (27 %) [77, с. 108-117].

В.І. Селіванов застерігає, що у класифікації вольових якостей потрібно враховувати статеві ознаки і схильність дитини до розвитку тієї або іншої якості. Так, дівчатка для самовиховання обирають витримку, а хлопчики – сміливість і наполегливість [54, с. 199].

Отже, проаналізувавши класифікації вольових якостей особистості різних авторів, можна зробити висновок, що наполегливість – це одна з основних якостей, обов'язковий компонент у систематизації знань про волю і мораль людини.

Що ж таке наполегливість (англ. *insistence*)? Різноманітні довідкові видання [5-19] по-різному трактують значення цього слова. Вивчивши всі запропоновані визначення, під наполегливістю розуміємо вольову якість особистості, яка полягає в умінні доводити до кінця прийняті рішення, досягати поставленої цілі, переборюючи при цьому різні зовнішні та внутрішні перепони на шляху до неї. Якщо людина наполеглива, але невдачі з'являються на шляху до бажаної цілі, то ця людина не здається, а шукає нові шляхи їх подолання.

На усіх етапах історичного розвитку людини підкреслювалося важливість наполегливості для характеристики поведінки індивіда. Іще

Макдауголл вважав наполегливість одним із об'єктивних якостей цілеспрямованої поведінки. Багато відомих вітчизняних та зарубіжних психологів звертались до вивчення цього феномену (В.В. Богословський, 1973; Ф.М. Гоноболін, 1965; В.В. Давидова, 1983; А.В. Запорожця, 1983; П.І. Іванов, 1964; Є.П. Ільїн, 2002; В.К. Калін, 1968; Б.Ф. Ломова, 1983; В.В. Медведев, 1987; С.Л. Рубінштейн, 1999; К. Левін [K. Levin, 1922]; Дж. Аткинсон, Г. Літвін [J. Atkinson, G. Litwin, 1960]; Р. Крутчер [R. Crutcher, 1934]; Д. Райанс [D. Rayans, 1939]; А. Кремер [A. Kremer, 1942]; Н. Фізер [N. Feather, 1962] та інші). Українцям наполегливість була притаманна з давніх-давен і розглядалася як одна із частин їх духовності.

Звертають увагу на визначення поняття “наполегливість” В.І. Селиванов, Г.М. Ситін, О.М. Степанов та М.М. Фіцула [60, с. 14; 64, с. 483; 78, с. 95] та інші. Так, проаналізувавши визначення наполегливості В.К. Каліна, В.В. Медведева та А.Ц. Пуні, Є.П. Ільїн робить власні висновки: наполегливість як вольова якість має місце у випадку, якщо вона виявляється постійно, тобто є рисою особистості. Під наполегливістю розуміє непохитне прагнення до досягнення віддалених у часі цілей через подолання перешкод і труднощів, які виникають при цьому. Дослідник також визначає умови прояву наполегливості: 1) ступінь впевненості людини у досягненні мети; 2) мотивація досягнення (прагнення до успіху); 3) наявність вольових установок на подолання труднощів [54, с. 149-150, 217].

Проаналізувавши наполегливість учнів, В.В. Богословський робить висновок, що незавершена робота має поновлюватися за допомогою відомих і нових прийомів, елементів та операцій, лише тоді проявиться наполегливість [48, с. 125-127].

Однією з основних вольових якостей учителя, вважає Ф.М. Гоноболін, є наполегливість, яка тісно пов'язана з вимогливістю до учнів, терпінням і послідовністю [27, с. 157, 160, 162].

З'ясовуючи сутність поняття “наполегливість”, І.П. Іванов, В.А. Крутецький, С.Л. Рубінштейн, П.А. Рудик доходять висновку, що вона

виражається у тривалому “переслідуванні” цілі через переможне подолання перешкод і труднощів протягом певного часу, незважаючи на тимчасові невдачі і поразки, щоб вийти переможцем у боротьбі з цими труднощами. Успіх будь-якої діяльності зумовлюється наполегливістю, яку потрібно виховувати на практиці, на ділі [28, с. 351-352; 53, с. 375; 57, с. 610-611; 58, с. 215; 73, с. 16-17].

Наполегливість як важливу волюву властивість особистості досліджують В.В. Богословський, А.Д. Виноградова, М.Г. Коляда, А.А. Степанов, які стверджують, що вона проявляється у здатності спрямовувати і контролювати поведінку відповідно до поставленої мети протягом тривалого часу [49, с. 329-330; 79, с. 256].

Звертав увагу на загартування волі для маленької життєвої боротьби та прагнення до наполегливості Жюль Пейо [80, с. 64-65].

Відомі науковці Л.С. Рувінський та С.І. Хохлов визначили умови, за яких розкривається творчий потенціал здібностей людини [81, с. 57], і запропонували корисні поради щодо виховання наполегливості у ході досягнення поставленої мети (Додаток А. 4).

Спеціальні дослідження В.І. Селіванова, М.І. Судакова, А.В. Полтева, М.М. Любимцева та ін. засвідчують вірогідність деяких висновків К. Левіна про вплив успіхів та невдач, рівня зазіхання і характеру мотивів на виховання наполегливості. Разом із цим було виявлено ряд нових закономірностей (А.І. Самошин, В.К. Калін, С.І. Хохлов). Аналіз індивідуальних особливостей наполегливості дозволяє говорити не тільки про неоднакову широту і силу її прояву у дітей у різних видах діяльності, але і про поступове формування двох інтегральних типів людей за стабільністю наполегливості: у одних спостерігається стійка, довготривала наполегливість, а у інших – короткочасна, епізодична [61, с. 293-294].

С.Д. Максименко, О.М. Степанов та М.М. Фіцула та ін. протиставляють наполегливості впертість – необґрунтоване, нерозумне відстоювання мало продуманих рішень [45, с. 193; 68, с. 358-359].

У вітчизняній психології, як і у зарубіжній, наполегливість іноді підмінюється іншою вольовою якістю – завзятістю, часто наполегливість і завзятість ототожнюються. Англо-російський словник [82] трактує слово “*persistence*” не лише як наполегливість, а й завзятість, терпіння, стійкість, постійність тощо. На наш погляд, термін “*persistence*” має досить широке семантичне поле, що призвело до ототожнення зовсім різних проявів – наполегливість, завзятість, упертість. Причина у різних підходах до вивчення феномену наполегливості: 1) за допомогою складних інтелектуальних і часом нерозв'язаних завдань; 2) за допомогою тестів на фізичну витривалість. Тому, мабуть, не випадково кореляції між результатами одного суб'єкта за неоднаковими тестами наполегливості були низькими та практично незначними.

“У дослідженнях західних психологів вирізняються три напрямки вивчення наполегливості. Перший передбачає пізнання наполегливості як риса характеру, стабільно визначальне поведження людини (звідси й походить назва досліджень – “*trait studies*”). З цього приводу Джон Дьюї пише: “Особистість мусить мати силу протистояти життєвим перешкодам і враховувати їх. Вона має бути... наполегливою... Одне слово, вона мусить мати те, що зветься силою характеру... Часом від характеру вимагається щось більше, а ніж наполегливість. Остання може бути навіть брутальною, загрожуючи інтересам інших... Така брутальна наполегливість не гарантує позитивних наслідків” [83, с. 26]. Ситуативні чинники при такому підході ігноруються, оскільки вважається, що вони перекриваються рисами особистості. Другий напрям визначає наполегливість як стійкість до вгасання: досліджується залежність прояву наполегливості від чекання успіху або невдачі. При цьому виявлено, що якщо людина вважає, що результат її діяльності залежить від неї самої, а не від “щасливої випадковості”, то нею виявляється значно більша наполегливість. Має значення й опис завдання, важкого чи легкого. У першому випадку наполегливість проявляється у більшій мірі, ніж у другому (Д. Старнерс і О. Зінсер [D. Starners, O. Zinser,

1983])). Третій напрямок вивчає наполегливість у контексті проблеми мотивації: досліджується залежність наполегливості від мотивації досягнення. За словами Дж. Аткінсона і Г. Літвіна, мотив досягнення з виявленою при вирішенні завдання наполегливістю корелює позитивно, а мотив уникнення невдачі – негативно” [54, с. 148-149].

Отже, аналіз чисельних досліджень дає змогу стверджувати, що “наполегливість” може виявлятися і ситуативно, і як стійка особистісна риса.

Основними завдання нашого дослідження є виявлення особливості прояву наполегливості у дітей молодшого шкільного віку. Як відомо, навчання у школі – новий етап у розвитку вольової сфери особистості дитини. Проблема волі школяра цікавила багатьох психологів (Б.Г. Ананьєв, Є.П. Ільїн, К.М. Корнілов, В.К. Котирло, Н.Д. Левітов, С.О. Пуні, О.Ц. Пуні, С.Л. Рубінштейн, Л.О. Рудик, В.І. Селіванов, Б.М. Теплов та ін.). У центрі наукового вивчення були різні вольові процеси (А.Г. Ковальов, В.О. Крутецький, В.С. Мерлін, О.В. Полтев, В.С. Філатов, Ш.М. Чхартишвілі та ін.).

Проблему розвитку волі у молодшому шкільному віці розглядає Є.А. Аркін. Він стверджує, що воля у молодшого школяра проявляється під час гри і перебуває на більш високому рівні розвитку, ніж у дошкільника [20, с. 165].

Досліджуючи наполегливість у школярів, А.І. Висоцький наводить такі статистичні дані: учні мають правильну уяву про наполегливість – 0,68 %; наполегливість поєднується з іншими якостями особистості: з діловитістю – 0,92 %, допитливістю, впевненістю у собі, цілеспрямованістю та ерудицією – 0,86 %, урівноваженістю та витримкою – 0,82 %, доброзичливістю, дисциплінованістю та чесністю – 0,83 %, самостійністю – 0,84 %; між успішністю та наполегливістю виявляється висока кореляція – 0,80 %. Рівень розвитку наполегливості порівнюється з рівнями успішності: високий рівень наполегливості і висока успішність – 38 %, високий рівень наполегливості і середня успішність – 6 %, середній рівень наполегливості і високий рівень

успішності – 15 %, середній рівень наполегливості і середній рівень успішності – 35 %, низький рівень наполегливості і низький рівень успішності – 6 % [84, с. 100-102].

А.І. Висоцький досліджував в учнів молодших класів через ініціативність наполегливість та інші вольові якості. Він експериментально довів, що 53 % школярів проявляють ініціативність на уроках лише для того, щоб бути гарними виконавцями волі інших і заслужити прихильність дорослих [85, с. 64-65].

За даними Є.П. Ільїна, у першокласників розвиненими є тридцять сім вольових якостей. Школяр може проявити наполегливість у навчальній діяльності, зокрема на уроках фізкультури, але тільки за наявності інтересу до навчання. За словами дослідника, вольовій мобілізації молодших школярів у навчальній діяльності сприяють: 1) зв'язок поставлених завдань з потребами і інтересами школярів; 2) постановка цілі школярем; 3) оптимальна важкість завдань; 4) найкращі інструкції про способи виконання завдань; 5) демонстрація учням напряму руху до мети.

Є.П. Ільїн звертає увагу на вольові дії учнів у першому та другому класах, які виконуються ними за вказівкою дорослих, а вже у третьому класі вони здатні виробляти вольові акти відповідно до власних мотивів і при потребі стримуються від будь-якої дії, самі створюють умови, що виключають привабливі дії, наприклад відвертаються, щоб не дивитися на цікаві картинки, заборонені для розглядання у цей час [54, с. 170-173].

Для нашого дослідження досить продуктивними є результати порівняльного аналізу динаміки наполегливості у молодших школярів, які представлені у роботі С.А. Поліщук: наполегливість займає особливе місце у становленні волі у хлопчиків, зокрема у 1-му класі наполегливість корелює з 11 якостями (відповідальність, організованість, сміливість, рішучість, дисциплінованість, активність, самостійність, старанність, витримка, незалежність, стриманість) на сильному та помірному рівнях; у дівчаток рівнозначна за кількісним складом кореляція на сильному та на слабкому

рівнях. Спільними для обох статей на сильно-помірному рівнях зв'язку є активність, дисциплінованість, відповідальність, рішучість, сміливість, самостійність, що свідчить про схожість зовнішніх проявів наполегливості; 1-класників (як хлопчиків, так і дівчаток) характеризує найвищий ступінь схожості кореляційних зв'язків наполегливості; у 2-му класі схожість у проявах наполегливості зменшується (спільні лише дві якості: дисциплінованість, самостійність); у хлопчиків позиція наполегливості стає впливовішою (корелює на сильному та помірному рівнях з 13 якостями); суттєва відмінність спостерігається у зв'язках із якостями гальмівної спрямованості: у хлопчиків витримка та стриманість займають “позицію парності” та місця частин проявів взаємозв'язку з якостями комплексу; для дівчаток характерні ситуативні та епізодичні впливи цих якостей на наполегливість; 2-ий клас – період інтенсивного розвитку наполегливості особливо у хлопчиків та зростання ролі наполегливості у дівчаток (корелює з 12 якостями комплексу); у хлопчиків процес прояву наполегливості уповільнюється, “вибухаючи” у 3-му класі, коли ця якість стає якістю “обов'язкової парності” для організованості та старанності; переважно якості комплексу корелюють у хлопчиків на сильному та помірному рівнях з наполегливістю; у дівчаток – на слабкому або мінімальному. У третьому класі спостерігається перевага в інтенсивності взаємозв'язку наполегливості з якостями комплексу у хлопчиків, а у дівчаток вони залишаються на рівнях, які характерні попередньому класу; для дівчаток 3-й клас – період сталого прояву наполегливості, тобто, загалом, інтенсивність проявів є схожою для обох статей.

За результатами зрізів С.А. Поліщук робить висновок, що віком найбільшої схожості зовнішніх проявів наполегливості незалежно від статі є вік першокласника. У 1 класі спостерігається відносно спокійний процес розвитку якості у комплексі з іншими якостями; інтенсивність у розвитку наполегливості характерна для другого класу, але у дівчаток у напрямку зростання, а у хлопчиків – спаду; стабілізація розвитку наполегливості у

дівчаток і хлопчиків в третьому класі зумовлює схожість проявів, як і в першому класі, що призводить зрештою до ситуації схожості показників наполегливості в обох статях [86, с. 64-70].

Отже, аналіз наукової та методичної літератури засвідчив не одностайність у поглядах дослідників на волю і наполегливість як одну з важливих вольових якостей особистості. Різnobій у підходах до вирішення тих чи інших питань є доказом того, що досліджувана проблема актуальна, думки науковців, часто різко протилежні, але мають право на існування.

Дисертаційне дослідження ґрунтується на поглядах І.Д. Беґа, Є.П. Ільїна, С.Л. Рубінштейна, І.М. Сеченова, В.О. Сухомлинського та ін., які стверджують, що середовище, у якому живе та розвивається людина, сприяє розвитку її волі, вольових якостей, а також висновках Є.А. Аркіна, Д.А. Колоцца та ін. про те, що ігри є позитивним емоційним джерелом прояву перших вольових спроб.

Погоджуючись з думками В.В. Богословського, Ф.Н. Гоноболіна, Є.П. Ільїна, В.В. Крутецького та ін, щодо виявлення та створення різних класифікацій вольових якостей показали, що наполегливість відноситься до основних із них. Цей факт не заперечуємо, а навпаки – підтримуємо, так як стверджуємо, що наполегливість характерна тільки сильним духом людям, які здатні доводити до кінця розпочату справу, переборюючи при цьому різноманітні труднощі, враховуючи всі побажання та зауваження інших.

На основі аналізу досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців (В.В. Богословського, Ф.М. Гоноболіна, А.І. Висоцького, В.В. Давидова, А.В. Запорожця, П.І. Іванова, Є.П. Ільїна, В.К. Каліна, В.В. Медведева, С.Л. Рубінштейна, В.І. Селіванова, К. Левіна, Дж. Аtkінсона, Г. Літвіна та ін.) можна стверджувати, що наполегливість як домінуюча вольова якість особистості характеризується своїми особливими властивостями, вміннями доводити до кінця прийняті рішення, досягати поставлені перед собою цілі, переборюючи при цьому різні перепони (зовнішнього та внутрішнього характеру), які з'являються на шляху до неї. Тільки наполеглива, а не вперта

людина здатна подолати різні невдачі, які з'являються на шляху до бажаної цілі, не здаючись, а шукаючи нові шляхи їх рішення, враховуючи зауваження, побажання тощо.

Від з'ясування поняття наполегливості, особливостей її розвитку в учнів початкових класів, перейдемо до обґрунтування сутності виховання наполегливості.

Вивчена та проаналізована педагогічна література, в якій розглядається суть процесу виховання дає можливість стверджувати, що виховання наполегливості – це цілеспрямований процес, який формує у молодшого школяра здатність доводити до кінця поставлену мету, переборювати при цьому різні перепони, які з'являються на шляху до досягнення бажаного результату.

1.2 Суть, походження та розвиток позакласної ігрової діяльності

Найбільшого поширення набуло психолого-педагогічне обґрунтування ігрової діяльності у XX столітті. У дослідженнях цього періоду розкрито питання історичного походження гри, розуміння її соціальної сутності та психологічного механізму діяльності дитини. Категорія “діяльності” була виділена як провідна серед детермінантів психічного розвитку дитини. Вона започаткована відомими психологами – Б.Г. Ананьєвим, П.П. Блонським, Л.С. Виготським, Д.Б. Ельконіним, О.В. Запорожцем, В.В. Зеньківським, Г.С. Костюком, О.М. Леонтьєвим, Г.О. Люблінською, С.Л. Рубінштейном, С.Ф. Русовою, Ф. Фребельом, А.В. Черковим та ін. і має глобальне значення для розвитку теорії ігрової діяльності.

У Росії ігрову діяльність з психолого-педагогічного погляду досліджував П.П. Блонський. Учений вивчав поведінку дитини у грі та вплив на неї соціального середовища. В організації навчально-виховного процесу

школи гра та праця, зазначав П.П. Блонський, повинні займати першорядне місце, адже, гра сприяє самовизначенню, вихованню, організації власного життя [87].

Обґрунтовуючи теорію гри, Л.С. Виготський описує теорії різних учених [88] та звертає увагу на гру людей і тварин: “Гра є звичайною школою тварин” [70, с. 124]. Вчений експериментально довів, що кожний віковий період життя тісно пов’язаний з ігровою діяльністю дитини, яка проходить поза реальним сприйняттям – у вигаданій ситуації [89, с. 286]. Через знаки (мову) дитина вчиться спілкуватися у грі з іншими. Але у грі і у мові їй чуже усвідомлення умовності, довільності поєднання знаку і значення. Для того, щоб бути знаком речі, слово повинно мати опору у якості визначеного об’єкту. Не “все може бути усім” у грі. Учений зазначив, що кожний етап розвитку суспільства впливає на культурно-історичний характер розвитку особистості, а гра є основним шляхом культурного розвитку дитини і її знакової діяльності. Знакові операції – результат складного процесу розвитку [90, с. 14, 69]. Через гру дитина стає особистістю.

Досліджуючи походження гри, виділяючи її компоненти та функції Д.Б. Ельконін звертається до висновків У.М. Гелассера, Ж. Колларітса, Ж. Піаже, Є.О. Покровського, Бойтендайка та ін. (останній, ознаки цього процесу пов’язує з особливостями дитячого руху “туди і сюди” (спонтанність і воля, радість і забава) та причинами їхнього виникнення (1) динаміка дитячого поведіння; 2) відношення даного виду тварин до умов їхнього життя; 3) потягами, які лежать в основі інстинктивних форм поведінки) [91, с. 307-361; 92, с. 13]. Ознайомившись з ідеями Е.А. Аркіна [93], Д.Б. Ельконін визнав їхню ціннісність у теорії ігрової діяльності, яка є провідною у дошкільному віці. Учений визначає соціальне походження змісту гри, що виконує функцію соціалізації особистості і виступає реальною формою життя дитини, через створення дитячого товариства, яке живе як самостійний колектив.

У формуванні теорії ігрової діяльності дошкільників та молодших школярів велику роль відіграли теоретична спадщина О.В. Запорожця,

погляди різних вчених, які досліджували роль гри у сучасному процесі організації суспільної практики навчання і виховання підростаючого покоління: “Гра для дитини є можливістю відриву від заборон дорослих, від їх подавляючого і травмуючого впливу і входження в інший, ідеальний світ (К. Коффка); вона дає можливість повернутися до дитячого у самому собі (Ж. Піаже); ствердити себе, компенсувати свою несамотійність і безсильність у світі дорослих функцій господарства (А. Адлер). Важливо використати гру у широких виховних цілях, як форму організації спільного життя і діяльності дітей” [94, с. 33, 64]. О.В. Запорожець переконаний, що більшість психолого-педагогічних проблем дошкільної гри залишається сьогодні недостатньо вивченою, без їх поглибленого дослідження неможливе подальше удосконалення умов всебічного (фізичного, розумового, морального і естетичного) розвитку дитини [95, с. 4].

У дослідженнях ігрової діяльності дошкільників і учнів молодшого шкільного віку Г.О. Люблінської визначено основні чинники розвитку особистості – біологічний, соціальний і активність самої дитини, яка часто виявляється у формі гри. Дослідниця звертає увагу на необхідність керування активністю дитини, її іграми [96, с. 90].

З метою з’ясування сутності понять “гра”, “ігрова діяльність”, “позакласна ігрова діяльність” звернемося до довідкових видань, щоб зрозуміти етимологію і значення слів-термінів.

Згідно етимологічного словника лексема “гра” старослов’янського походження, яке не має достовірної етимології; розвинулася з старослов’янського “jьgra” – іскра і давньоіндійського “aig” – різко рухатися; споріднене з старослов’янським “бавити” – замовляти, закликати; праслов’янським “baviti” – говорити, розповідати; індоєвропейським “bha” – говорити, розважати [97].

За українським педагогічним словником С.У. Гончаренка, гра – форма вільного самовияву людини, яка передбачає реальну відкритість світові можливого або розгортається у вигляді змагання і т.д. [7, с. 73].

По-різному тлумачать значення слова “гра” різні народи: у древніх греків – дія, яка притаманна дітям і виражається тим, що тепер називається “віддаватися хлопчатістю”; у євреїв – жарти та сміх; у римлян “Iudo” – радість, веселощі; по санскритськи “кляда” – гра, радість; у німців “spilan” – легкий плавний рух, на зразок руху маятника, який приносить задоволення; згодом усі європейські народи під грою розуміють, по-перше, неважку роботу, по-друге, роботу, від якої отримуєш утіху і радість [98, с. 1].

За Г.О. Люблінською, основними видами діяльності є гра, навчання, праця. Ігри, у свою чергу, поділяються: рухливі (з правилами), дидактичні, ігри-драматизації, конструктивні [96, с. 89]. В.А. Крутенький, М.М. Фіцула також звертають увагу на ці види діяльності [99, с. 72-78; 100, с. 60]. До ступенів стимуляції різних типів психічної активності вихованців, О.І. Власова, змагання відносить до емоційних впливів [101, с. 231]. Н.П. Волкова виділяє 2 групи ігор: 1) ігри-дозвілля та 2) педагогічні ігри, які класифікує на підгрупи: ігри творчі – сюжетно-рольові, конструкторські, ігрові драматизації з вільним розвитком сюжету, ігри-жарти, ігри-розиграші; ігри за визначеними правилами – рухові, хороводні, спортивно-змагальні, настільні [102, с. 150]. Г.С. Костюк пропонує власну класифікацію ігор: сюжетно-рольові, конструктивні, рухливі та настільні [103, с. 146-147].

В українському педагогічному словнику С.У. Гончаренка термін “ігрова діяльність” тлумачиться, як різновид активної діяльності дітей, у процесі якої вони оволодівають суспільними функціями, відносинами та рідною мовою як засобом спілкування між людьми. Довідкове видання подає також визначення позакласної роботи у школі [7, с. 139, 263].

У педагогічному словнику М.Д. Ярмаченка ігрова діяльність визначається, як форма діяльності в умовних ситуаціях, спрямована на відтворення та засвоєння суспільного досвіду, що фіксується у соціально закріплених засобах здійснення предметних дій... [12, с. 217].

Під позакласною виховною роботою здебільшого розуміють різноманітну діяльність учителів, вихователів, спрямовану на виховання

учнів у позаурочний час [102, с. 165]. “Позакласна робота, – пише М.М. Фіцула, – різноманітна освітня і виховна робота, спрямована на задоволення інтересів і запитів дітей, організована у позаурочний час педагогічним колективом школи” [100, с. 341]. Схожі визначення позакласної діяльності знаходимо у працях С.У. Гончаренка, Г.С. Костюка, В.А. Крутенського, Г.О. Люблінської, М.М. Фіцули та ін. [7; 96; 99; 100; 103].

Отже, позакласна ігрова діяльність розглядається нами як одна зі складових активної діяльності дітей, спрямована на задоволення їх запитів та інтересів; відбуваються через виховний вплив педагога. Позакласна ігрова діяльність забезпечує моделювання відносин, формує основи всіх морально-психологічних якостей і властивостей особистості: волю, емоції, інтелектуальну сферу; сприяє розвитку уяви, уваги, мислення, пам’яті тощо. У дошкільному віці за своїм змістом і формами ігрова діяльність є провідним видом діяльності, а у початкових класах виступає однією з форм навчання і виховання молодших школярів та допомагає здійснити поступовий перехід від звичної для них діяльності до нової, навчальної. Сама ж ігрова діяльність при цьому не зникає, а продовжує розвиватися, ускладнюватися.

Яка ж історія виникнення та розвитку гри? Розглянемо один з видів ігрової діяльності – рухливі ігри, важливий засіб фізичного виховання у школі [102, с. 124]. Теорію гри відносять до всесвітньо відомого теоретичного обґрунтування виникнення фізичної культури. Засновником теорії гри вважають німецького філософа Шіллера, послідовниками якого були К. Бюхер і К. Гросс (Німеччина), Г. Спенсер (Англія) і Летурно (Франція) [104, с. 3-7].

Уперше ігри з’явилися у родовому суспільстві [104; 105]. Діти австралійців з раннього віку вправлялися у стрільбі з лука, метанні різних предметів, грі з м’ячем, ходили разом із дорослими на полювання й риболовлю тощо. У первісних народів Америки (індіанців, ескімосів та ін.) відомими були ігри, які пов’язані з киданням м’яча в ціль, бігом на великі дистанції, підніманням каміння, плаванням, перегонами на човнах... Досить

розповсюдженими, особливо серед землеробських племен, вважалися рухливі ігри з використанням різних видів вправ та залученням великої кількості учасників, вони проводилися упродовж декількох днів. При обробці землі, процесі складному й тривалому, людина особливо гостро відчувала роль колективного досвіду, допомоги, систематичного спілкування, тому й для фізичного виховання важливими були, насамперед, колективні ігри.

У тунгусів (евенків) виділяють два етапи фізичної підготовки:

- 1) залучення всіх чоловіків (заняття стрільбою, бігом; ухиляння від стріли, керування човном тощо);
- 2) участь тих чоловіків, які добре навчені військовій справі.

Первісні племена Африки широко використовували у вихованні дітей, підлітків та юнаків фехтування на палицях, боротьбу, ігри з бігом і стрибками, стрільбу з лука, метання списа, вправи з розкачуванням на ліанах з наступними стрибками.

Племена бушменів грали в ігри, у яких переважав наполегливий, довготривалий біг. Чоловічі ігри мали змагальну спрямованість, а танці носили атлетичний характер.

У багатьох народів існував обряд – ініціації (посвячення). Так, в Україні період Козацької доби, такі посвячення мали місце при переході з однієї вікової групи до іншої, при прийомі у рід або плем'я. Мета обряду – ввести людину в товариство повноправних членів роду, підготувати її до цього фізично та морально.

У родовому суспільстві зародилися відмінності у вихованні хлопчиків і дівчаток, що знайшло відображення в іграх. Перші грали в мисливські та військові ігри, а другі займалися танцями, вправами, іграми, які відображали побут і працю жінки. Поступово ігри перетворилися у важливий засіб виховання підростаючого покоління.

Як зазначають Г.В. Малка, М.С. Солопчук, С.М. Філь, О.М. Худолій [104; 105], ігри в період розпаду первісного суспільства набували військової орієнтації. Це було пов'язано з розповсюдженням металевих знаряддя, яке

використовувалося у землеробстві, ремеслах; індивідуальної власності тощо. Свій авторитет і владу знать нерідко зміцнювала кращою військово-фізичною підготовленістю та перемогами в іграх і змаганнях. Рядові члени племені та роду все більше усувалися від участі в суспільному житті, а їх долею стали важка праця та обслуговування аристократії.

Про ігри та заняття фізичними вправами у героїчній Греції дізнаємося зі стародавніх літературних джерел: поеми Гомера “Іліада” (описані змагання з боротьби, кулачного бою, бігу, перегонів на колісницях, метання списа, стрільби з лука у ціль), “Одісея” (ігри-змагання з бігу, боротьби, метання диску, стрибків).

У стародавніх германців фізичне виховання мало також воєнізоване спрямування, про що свідчать твори письменників Корнелія, Тацита, Юлія Цезаря, Помпонія Мела. Серед ігор, розповсюджених у північних германців, були елементи боротьби, бігу, стрибків у довжину (через списи, мечі) і висоту, метання списа й ножів, стрільба з лука, ігри з м'ячем, фехтування, плавання та верхова їзда.

Фізичне виховання здійснювалося у жителів Океанії, в індіанських племенах ацтеків, інків, майя (у цьому племені популярною була гра з каучуковим м'ячем) та в стародавньому Перу.

Рабовласницьке суспільство [104; 105] виникло у IV-III тис. до н.е., що було закономірним етапом на шляху подальшого розвитку суспільства. У стародавній Месопотамії насамперед цінилися витривалість, сила, наполегливість, загартованість людей, воїнів, а подвиги оспівувалися в епічних піснях (Гільгамеш володів уміло луком і стрілами, кинджалом і мечем, брав участь в іграх на колісниці).

Про розвиток фізичної культури Вавилону свідчать теракотові зображення стрільби з лука, кулачного бою та змагань на колісницях. В Ассирійській державі поширеними були плавання, фехтування на мечях і метання списа, у Персії – боротьба, біг, верхова їзда, метання списа, стрільба з лука, рухливі ігри індійського походження.

У Стародавньому Єгипті в епоху Стародавнього царства (XXVIII-XXVII ст. до н.е.) основними засобами фізичного виховання були: боротьба, акробатичні вправи, біг, стрибки, метання, плавання, пірнання, стрільба з лука, підняття ваги та ігри (їзда верхи на людях, утримання рівноваги, перетягування один одного, спеціальні стрибки вгору тощо); у Середньому царстві (XXI-XVIII ст. до н.е.) – ігри з м'ячем, боротьба, змагання, які керуються суддями; у Новому царстві (XVI-XI ст. до н.е.) та Пізньому періоді (VII-VI ст. до н.е.) – ігри військового походження: їзда на колісницях, верхова їзда, стрільба з лука, кулачні бої.

Стародавня Індія надавала перевагу верховій їзді, фехтуванню на мечях, перегонам на колісницях, стрільбі з лука, іграм з м'ячем і палицею, самообороні без зброї. Давні індіанці володіли оздоровчою гімнастикою та масажем.

У Стародавньому Китаї в 2398 р. до н.е. була написана книга “Кунфу”, яка містила систематизований кваліфікований опис розповсюджених серед народу рухливих ігор, інформацію про лікувальну гімнастику, знеболюючий масаж, ритмічні та бойові танці. Давні китайці проводили змагання на колісницях, зі стрільби з лука, метання списа; організовували полювання, рукопашний бій без зброї. У XI-III ст. до н.е. грали у гру “чжу ке” (сучасний футбол). У Стародавньому Сході жінкам в іграх не відводилося ніякої ролі.

У Стародавній Греції [1; 98; 104; 105; 106; 107] фізична культура досягла найвищого розквіту у VIII-IV ст. до н.е. під час розквіту рабовласницьких відносин. Жінки-гречанки повинні були серйозно турбуватися про свій тілесний та духовний розвиток, щоб дарувати державі фізично здорове покоління (у Спарті слабких дітей скидали з обриву гірського хребта Тайгету, бо такі діти не потрібні ні матері, ні державі). У Спарті військовозобов'язаними були чоловіки віці 20-60 років. До 7 років хлопчики жили з батьками (грали в рухливі ігри); від 7 до 14 років – в інтернаті (училися бігати, метати, стрибати, боротися тощо); у 15-18 років займалися фізичною підготовкою та допомагали у фізичному вихованні

менших; у 20 років зараховувалися до загонів ефебів (складова частина війська); з 30 років і до старості – військова служба. Спартанський цар Агезілай не соромився їздити з дітьми на лозі верхи.

В Афінах – фізичне виховання поєднувалося з моральним, розумовим, естетичним; воно передбачало розвиток сили, наполегливості, рішучості. До 7 років діти виховувалися у сім'ї – під наглядом раба або рабині-педагога грали в рухливі ігри; з 7 до 16 років юнаки перебували у державній або приватній школі, дівчата – вдома; з 16 років навчання проводилось у гімназії; з 18–20 років юнаки відвідували державну військову організацію – ефебію, а потім самостійно піклувалися про своє здоров'я. Афіняни вміли: фехтувати, стріляти з лука, метати спис, їздити верхи, на колісниці, плавати тощо.

У Стародавній Греції ігри складали розділ гімнастики. Вони передбачали вправи з м'ячем, палицею, колесом, кулею, змагання по перетягуванню каната, метання тощо. Тут уперше зароджується педагогічна теорія фізичного виховання. У публічних виступах і творах давньогрецькі філософи - Аристотель, Демокріт, Платон, Сократ - висловлювали думку про необхідність фізичного навантаження для зміцнення здоров'я. За словами Платона, гімнастика є цілющою частиною медицини [106, с. 92]. Ігри дітей, повчає мислитель, повинні організовуватися так, щоб підростаюче покоління з раннього віку звикало до способу життя дорослих, поступово привчалось до вправ у стрибках, з м'ячем, до танців під музику, плавання, щоб “за слабкості тіла у них не було прояву малодушності під час війни або у будь - яких інших випадках”. Ідею всіх ідей Платона вважалася ідея добра, джерела істини, краси і гармонії. Фізично досконалою для Платона є людина, що має певні здібності до оволодіння музикою, поезією, філософією. У своїй педагогічній системі філософ прагнув об'єднати деякі риси спартанської і афінської систем виховання. Продовжувачем ідей Платона став його учень Аристотель, вихователь Олександра Македонського. Аристотель писав, що гнів, радість, печаль виражаються в рухах тіла, міміці і жестах; і навпаки, рух по асоціації виявляє певний психічний стан. Філософ пов'язував фізичне виховання з

моральним та розумовим; вважав державу, у якій зневажені фізичні вправи, погано організованою. Демокріт відзначав, що вправи для тіла мають більше значення для формування людини, ніж його природні дані. Гіппократ заняття фізичними вправами вважав необхідними для профілактики та лікування різних хвороб. Сократ переконував, що міцне здоров'я гарантує захист від багатьох негараздів. В його філософському центрі – людина. Він не раз брав участь в іграх з дітьми.

Кращі люди Греції були готові першими подати приклад дітям в іграх. Так, Геракліт влаштовував поблизу храму Діани в Ефесі ігри для хлопчиків. Філософ Анаксагор відмовлявся від великих почесей за життя, проте заповів як найвищу шану на честь його смерті влаштувати молодіжні ігри. Весь грецький народ вважав ігри, особливо національні, за щось священне, приємне богам [98, с. 7; 107].

У Стародавньому Римі імператор Август в 31 р. до н.е. заснував Акційні ігри з широкою програмою. Вони були популярними та проводилися до падіння Римської імперії. Публічні ігри організовувалися з нагоди релігійних свят: на честь бога Юпітера, на честь Аполлона, ігри Великої Матері. До кінця I ст. до н.е. ігри відбувалися 65 днів на рік, в I ст. до н.е. – 88 днів, в II ст. до н.е. – 135 днів, в IV ст. до н.е. – 176 днів. Імператор Август побудував у Римі для проведення ігор спеціальний стадіон на Марсовому полі, який вміщував 15000 глядачів. У творах Ювенала вперше зустрічається вислів, який набув популярності в усьому світі: “У здоровому тілі – здоровий дух” [104, с. 18-21].

В епоху середньовіччя [104; 105], коли виникає феодалізм, у європейських країнах популярним був футбол (Франція, Англія). Діти грають рухливі ігри вдома. Великого розмаху набули публічні свята, під час яких проводилися ігри з м'ячем, бойові змагання з бігу, стрільба з лука, їзда верхи, фехтування (Німеччина, Ірландія, Італія); проводилися народні ігри з м'ячем, кулями, кеглями, метали жердини, каміння та молот (Шотландія, Швейцарія). Рухливі ігри сприяли зародженню науково-методичної думки. У своїх працях

учені-гуманісти переконують, що рухливі ігри позитивно впливають на фізичний та інтелектуальний розвиток дитини.

М.С. Солопчук пише, що сучасна педагогіка, спираючись на спадщину античних гуманістів, вбирала досвід італійських міст епохи Відродження та традиції старовинних лицарських ігор. Так, Вітторіо да Фельтре, директор школи “Будинок радості” в Мантуе, заперечував тілесне покарання, він виховував у собі сміливість, наполегливість, здатність переносити біль і т.д. У його школі були: ігри з м'ячем, боротьба, фехтування, змагання з бігу, стрільба з лука, плавання, верхова їзда, стрибки тощо” [104, с. 29].

Автор славнозвісного роману Франсуа Рабле “Гаргантюа і Пантагрюель” (енциклопедична пам'ятка культури французького Відродження) описав два принципи суспільного виховання і вперше згадав про рухливу гру “Лапта” [108, с. 82].

Доктор філософії та медицини Ієронім Меркуліаліс, автор твору “Мистецтво гімнастики”, рекомендував для підтримки доброго фізичного стану різні види рухової активності, оскільки вони приносять користь людському організму, а рухливі ігри сприяють стрункості [104, с. 29].

У педагогічному творі Ричарда Малкастера “Дослідження усіх обставин, обов'язкових у справі навчання дитини, чи йде мова про виховання Духа або тіла” описані народні англійські ігри [104, с. 30].

Книга Мішеля Монтеля “Досліди”, видана у 1580 році, містить ігри та вправи, які є сприяють навчанню: бігові, боротьби, танців, полювання, верхової їзди, фехтування [104, 109].

Видатний чеський педагог-гуманіст, мислитель Ян Амос Коменський, автор праць “Велика дидактика”, “Світ чуттєвих речей у малюнках”, “Материнська школа”, вважав, що для відпочинку розуму потрібно грати в ігри, які демонстрували б серйозні сторони життя і відновлювали сили після денної праці. Мислитель удавався до порівняння тіла дерева, яке потребує сильних рухів, з людським тілом, якому потрібні серйозні ігри. Педагогу імпонує вислів німців: “Хороший зразок знаходить хорошого наслідувача”.

Він переконаний, що діти вчаться ходити, бігати, говорити, гратися у різні гри за допомогою самого лише наслідування без будь-яких складних правил. Дійсно, правила ж вимагають уваги і гострого розуму, тоді як приклади допомагають навіть винятковим дурням. [110, с. 112, 133, 156, 165].

Новий час [104; 105]. Епоха ренесансу і гуманізму (XVII-XVIII ст.) принесла відродження ігрового елементу в житті людей та у вихованні дітей.

Англійський філософ, педагог та просвітитель Джон Локк писав: “Здоровий дух у здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану у цьому світі”. Ігри, за словами Джонна Локка, можуть не тільки сприяти зміцненню здоров’я, а й загрожувати йому: діти, зігріті бігом, часто сідають або лягають на холодну землю. Теоретичні обґрунтування необхідності виховання здорового та щасливого підростаючого покоління сприяли введенню у навчальний процес Англії занять із фізичного виховання [111, с. 412, 418].

Французький педагог, філософ, композитор та просвітитель Жан Жак Руссо, автор творів “Еміль, або Про виховання”, “Листи про мораль”, запропонував упроваджувати безкоштовне навчання у коледжах, у яких будуть зали для занять із фізичного виховання, мета яких формувати сильних, здорових темпераментом і моральних дітей. Ж.Ж. Руссо наполягав на тому, щоб діти грали тільки колективні ігри під наглядом дорослих, переслідуючи єдину ціль, що збуджує дух суперника і дух змагання. Справа не тільки у тому, повчає педагог, зайняти дітей, зміцнити їхнє тіло. Діти з дитинства повинні привчатися жити серед своїх громадян, шукаючи суспільного схвалення ” [112, с. 185-186].

Послідовником педагогічних ідей Жан Жака Руссо був Йоган Генріх Песталоцці, швейцарський педагог, теоретик народної школи, автор творів “Лінгард і Гертруда”, “Як Гертруда вчить своїх дітей”, “Лебедина пісня”, “Елементарна гімнастика”. Він рекомендував у працях за необхідність поєднання трудового і фізичного виховання, за можливість навчатися граючись [113, с. 32, 186].

Педагог Іоган Гутс-Мутс – автор всесвітньовідомих творів “Ігри для вправ і відпочинку тіла і розуму”, “Школа ігор для розвитку п’яти почуттів”, “Гімнастика для юнаків” і “Гімнастика для синів Вітчизни”. Описав більше ста різних рухливих і народних ігор для дітей, серед яких 63 гри з м’ячем [104, с. 34-35].

Фрідріх-Адольф-Вільгельм Дістервег – педагог-демократ, “учитель німецьких учителів”, послідовник поглядів Посталоцці, писав, що принцип гармонійної освіти передбачає повний розвиток тіла і духа (Здоровий дух у здоровому тілі!). Потяг до гармонії залишається ціллю і вершиною будь-якого виховання. Самодіяльність людини проявляється до чотирнадцяти років як фізична діяльність – дитина грається, що сприяє всебічному розвитку її тіла [114, с. 126-127; 115, с. 356].

Німецький всесвітньовідомий педагог – Вільгельм Август Лай вбачав у грі дитини природжені рефлекси, реакції та інстинкти, що ведуть до успішного самовиховання – це повинно стати основою і вихідним пунктом усього виховання. Це біологічна сторона виховання. На його думку, дитина прагне до діяльності, її самоосвіта у грі є не що інше, як діяльність. Завдяки діяльності розвиваються фізичні та духовні сили [115, с. 511, 525].

Філософи кінця XIX століття стверджували, що в житті суспільства “гра старіша за працю”, а “праця є дитиною гри”. Ці погляди знайшли підтримку у багатьох сучасних філософів, соціологів та істориків (К. Дім, Бюхер, К. Гросс, В. Кребе (Німеччина), Б. Жиллет (Франція), С. Холл та ін.). Існують й інші думки. Так, Г.В. Плеханов стверджує, що гра є дитиною праці і праця є настільки старша за гру, наскільки батьки старші за дітей, а суспільство – за своїх окремих членів. “Дитя гри, – писав В. Амент, – мистецтво” [104, с. 7; 115, с. 55, 57, 64; 116, с. 86].

Організатора першого у Німеччині дитячого садка – Фрідріх Фребель – у якому гра була важливою складовою частини виховання, вважають засновником “школи гри”. Він говорив, що кожний міцний і самостійний рух дитини, всього її тіла чи частини, дає відчуття радості через відчуття сили.

Ф. Фребель винайшов певний механізм, за яким рухаються діти – ритми, що звучать у співі; рух, ритм і звук тісно взаємопов'язані; тілесна, духовна й моральна діяльність гармонійно поєднані у прекрасному цілому. Першою дитячою грою він вважає хоровод [117, с. 92-94].

Під грою, Зігмунд Фрейд, розумів “велику культурну роботу дитини над собою”, яка передбачає відмову від задоволення власних потреб. За словами З. Фрейда діти повторюють у грі все те, що має для них велике значення. Ігри підпорядковані бажанню дітей - стати дорослими і робити так, як це роблять дорослі [118, с. 388-389].

Наприкінці ХІХ на початку ХХ ст., коли наукове осмислення природи ігрової діяльності, закономірностей та чинників її педагогічного впливу значною мірою ґрунтувалося на психологічних дослідженнях гри, учені К. Бюхер і К. Гросс, Г. Спенсер й Летурно стверджували, що трудові процеси та ігри виникли з ігор тварин: спочатку стародавня людина спостерігала за іграми тварин, згодом переймала ігрові рухи та застосовувала їх у своїх іграх. Людина, як і тварина, грається тому, що у неї є надлишок сил. Г. Спенсер стверджував, що гра – мистецтво застосування енергії, яка розтрачується на уявні дії, якщо її не використати [1, с. 4; 104, с. 7].

Іграм дитини К. Гросс надає значної уваги також у своїй праці “Душевная жизнь ребёнка” [119]. Висловлює думку, що молода істота грає не тому, що вона молода, а навпаки, молодість дана їй для того, щоб вона могла грати. Ця теорія (найвлучніша у той момент пояснення) пов'язана з біологічним розвитком людини, з її розумовими здібностями, інстинктами, звичайним відбором, задатками [1, с. 5-6]. К. Гросс розробив схему дитячої гри як акту ненавмисного виховання дитини (Додаток Б.1).

Учення Ч. Дарвіна та теорія К. Гросса стали основою для концепцій ігрової діяльності Е.А. Аркіна, Г. Джонсона, Дж. Селлі, Е. Канта, Е. Клапареда, В. Штерна, К. Бюхера, Ж. Піаже, І.О. Сікорського та ін.

Так, Г. Джонсон, описуючи значення гри в еволюційному розвитку людства, пише: „Гра трактується на основі відомих фактів еволюції, – як

еволюції людини, так і її заснування; і навпаки: вивчення еволюції людини і її заснування є основою для трактування гри” [120, с. 16].

Звернув увагу Е. Кант на те, що в іграх, наприклад, палиця замінює коня (на цю функцію гри також звертав Л.С. Виготський); багато ігор (жмурки) було відомо ще грекам. Згодом вони відмовляються від інших речей і поступово привчаються обходитися без чогось більшого. Е. Кант зазначав, що виховуючи дівчаток і хлопчиків разом через ігри (м'яч, лапту, мотузочок), потрібно уважно слідкувати за збільшуванням сили у хлопчиків і враховувати це у колективних іграх [1; 121].

Визначає та описує Едуард Клапаред чотири теорії гри:

- 1) теорія відпочинку;
- 2) теорія надлишку енергії;
- 3) теорія атавізму (закон Геккеля);
- 4) теорія підготовчої вправи.

Він пише, що зацікавленість і гра повинні лежати в основі будь-якого виховання [122, с. 83].

Теорію ігрової діяльності, відомої під назвою “теорії двох світів”, розробив Ж. Піаже. Визначальним у запропонованій теорії є боротьба двох тенденцій – егоцентричної природи дитини, з одного боку, і примусової соціалізації всіх форм її життя дорослими, з іншого. Гра, за словами Ж. Піаже, відшліфовує суттєві навички, у ній є елемент фантазії, але немає конкретної цілі [123].

“Якщо гра розумно організована, – зазначав вітчизняний учений І.А. Сікорський, – вона викликає інтерес, даючи поштовх таємничій процедурі згадування і впровадження цілої серії припущених думок і образів, які бажано визвати у розумі дитини” [25, с. 152]. Він вважає, що цінність гри у розумовому розвитку. Гра – це школа суджень і думок; творча сила і фантазія, яка проявляється у ній, це не байдужа перехідна сходинка для її розумового розвитку... За допомогою ігор дитина дізнається про рух предметів; відстань між ними; про силу і координацію своїх рухів при бігові

та стрибках, рухах, за допомогою яких вона рухає різні предмети; ознайомлюється з фізичними якостями деяких тіл тощо. Спостереження показали, яким чином одна і та ж сама гра може мати різну ціль [1, с. 83-84].

Кінець XIX та початок XX століття – період глибокого і безпомилкового осмислення стрімкого розвитку різних наук, які намагаються описати певні явища у різних аспектах. Однак, у цей час намітилися суперечливі тенденції між психолого-педагогічними теоріями, згідно з якими гра розглядалася як інстинктивна діяльність дитини, і педагогічною практикою, що вбачала в грі спосіб розвитку дитячої особистості. Біологічне розуміння ігрової діяльності не дозволяло цілеспрямовано керувати нею у педагогічному процесі.

Теоретично обґрунтовуючи суть гри, К.Д. Ушинський звертає увагу на те, що гра для дитини – не гра, а дійсність, яка значно цікавіша за ту, що її оточує. Усе цікаве є зрозумілим, а усе зрозуміле – це власний витвір дитини. У грі дитина живе, і сліди цього життя глибші, ніж сліди справжнього життя, у яке вона не може ще увійти за складністю його явищ та інтересів; вона пробує свої сили і самостійно керує своїми ж витворами. Гра тому і є грою, що вона самостійна для дитини; будь-яке втручання дорослого в гру позбавляє її реальної формуючої сили” [31, с. 294, 299-300].

Методи виховання Марії Монтессорі викликають інтерес фахівців із різних країн. Ігрова діяльність, яка входила в орієнтовний розклад “Будинку дитини”, передбачала: виховання дітей через фізичні вправи, враховуючи вікову категорію; опосередкований вплив педагога на самостійну діяльність кожної дитини тощо [124; 125].

Відомий теоретик Г. Спенсер у своїй книзі “Воспитание умственное, нравственное и физическое” пише, що в Англії дітям загальних і приватних шкіл відводиться зручне місце для ігор. Чотири рази на день усі хлопчики граються (наприклад, їздять один на одному), що дуже добре впливає на їхнє здоров’я. Дівчатка навчаються у “Закладі для молодих леді”, і їм не дозволяється грати у галасливі ігри (галаслива гра вважається кримінальним

злочином) щоб не набути через них дурних манер [126, с. 202-203].

У 1909 р. опубліковано ґрунтовне дослідження Д.А. Колоцця “Детские игры”, у якому систематизовано думки, погляди видатних філософів, педагогів і психологів щодо гри: Бена, К. Гросса, Е. Канта, Неккер де-Соссюр, Моссо, Жана Поля, Г. Спенсера, Форнари, Фребеля, Шабреля, Шіллера, Штеллера та ін. Перевіряючи теорію “надлишку сил у грі”, Д.А. Колоцця робить висновок, що чим більший запас сил у народі, тим більшого розповсюдження і розвитку досягає гра. Приводити цю силу у дію – значить грати, тому що гра в усіх своїх проявах являє собою еквівалент відомого надлишку сил” [1, с. 23].

Відомий спеціаліст у галузях анатомії, антропології, педагогіки, П.Ф. Лесгафт, розробив оригінальну систему фізичного виховання у Росії (у якій чільне місце займають рухливі ігри). Він писав, що “гра – це вправа у діях, які використовуються у житті; ігри мають поступово ускладнюватися, відповідати вмінням дітей і викликати почуття задоволення. Дитина завжди є дзеркалом середовища; через ігри вона засвоює всі звички й обряди свого середовища, сприймаючи все, що часто бачить і пізнає від інших” [127, с. 250; 128, с. 52]. Виховний вплив гри залежить від її емоційної насиченості й змісту. Кожна гра повинна мати конкретну ціль, а форма відповідати цій цілі. Ігри варто ускладнювати у змісті і у правилах, вводити варіанти гри – нові вимоги, дії. Гра як цінний засіб всебічного виховання особистості розвиває такі моральні якості: чесність, справедливість, витримку, дисципліну, товариську; а також уміння володіти собою і керувати своїми діями [106, с. 136-138, 154].

Ці положення знаходять відображення у роботах вітчизняних педагогів: (А.І. Бикової, С.Я. Лайзане, Л.І. Михайлової, Т.І. Осокіної, Є.А. Тімофєєвої та ін.), які сприяли у розробці методики проведення ігор серед дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.

Дослідження П.Ф. Лесгафта про рухливі ігри продовжили в своїх працях Є.А. Аркін і В.В. Гориневський – лікарі – гігієністи. Розглядаючи

місце дитини і її іграшки в умовах первісної культури, професор Е.А. Аркін відзначав, що основою формування повноцінної теорії ігрової діяльності має бути історія дитячої гри та іграшка [93]. Дослідник порівнював ігри з школою, з першою школою життя, переваги якої у тому, що дитина займається у ній з великою радістю [129, с. 20-21]. Вивчаючи вплив гри на здоров'я дитини, Є.А. Аркін зазначав: “Рух і гра – ось те, що складає силу дитини у цьому віці; разом із цим вони кращі засоби для зміцнення її здоров'я і правильного розвитку розуму і характеру” [130, с. 17].

Гра, на думку В.В. Зеньківського, є першим кроком у дитинство; важливим чинником буття дитини; вона має великий вплив на її психічне життя: „Таємниця дитячої душі не така поверхова, як це нам часто здається; чим глибше входимо у вивчення дитячих ігор, тим ясніше виступає перед нами роль індивідуальності в іграх, інтимний зв'язок ігор з життям, почуттями і задумами дитини”. За словами дослідника з 5-ти років починається “друге” дитинство, яке можна назвати “героїчним періодом”: у цей час у дитячій душі народжуються “програми” майбутнього життя, вибудовуються плани. У грі з'являється фабула, що є душею гри, її психічним центром – у ній розкриваються й усвідомлюються почуття [23, с. 267; 131, с. 292-294].

Видатний психолог С.Л. Рубінштейн стверджує, що гра пов'язана з діяльністю певного виду: у тварин – з основними формами інстинктивної життєдіяльності, за допомогою яких підтримується існування; а у людини – з трудовою діяльністю (з цим висновком погоджується і Г.В. Плеханов). На думку психолога, у грі формується дитяча психіка. “Дитина грає тому, що розвивається, і розвивається тому, що грає. Гра – практика розвитку” [57, с. 485, 486, 492].

У статті “Детские игры на призы” [132] А.А. Ісаєв піднімає питання про вікову диференціацію ігор.

Проблему ігрової діяльності намагався вирішити Е.А. Покровський, який намагається по-своєму кваліфікувати терміни “гра” та “дитяча гра”; торкається питань розвитку гри у формах наслідування, експерименту,

аналізу, творчості тощо; описує ігри древніх народів; з'ясовує значення гри у зв'язку з етнографією, археологією, антропологією, фізіологією, психологією, педагогікою та гігієною; обґрунтовує позитивний вплив вправ на розвиток дитячого організму тощо [98].

Про виховний та розвиваючий потенціал ігор пише лікар М.І. Покровська: “За допомогою гри ми можемо виховувати дитину, її розум, волю, уяву, розвивати її зовнішні почуття, які приносять задоволення і зберігають життєрадісний настрій душі... Гра розвиває: уяву, фантазію, пам'ять, мову, мислення тощо”. Водночас М.І. Покровська застерігає, що гра – це свого роду обдурення, яке є елементом розваги, але без участі уяви вона неможлива; при виборі іграшки і ігор потрібно звертати увагу на вік дитини – чим менша дитина, тим менша кількість іграшок й ігор.

Лікарем розроблена класифікація задоволень, зумовлених потребами:

- 1) у психічній діяльності (спів, кіно, читання книжок тощо);
- 2) виключно у фізичній діяльності (ігри, танці, їзда верхи тощо);
- 3) у фізичній і психічній діяльності одночасно [133, с. 14-21, 29, 57].

У книзі “Руханка гри – забава” Е. Жарський [134] описує найрізноманітніші дитячі ігри: “Двобій півників”, “Живий обруч”, “Китиця”, “Кіт і миш”, “Княжі гінці”, “Кочений м'ячик”, “Перетягання ливом”, “Стонога”, “Третяк”, “Яструб” тощо.

У своїй праці “Історія й теорія руханки” Т. Франко розробив спробу диференціювати поняття “гра” та “забава”. На його думку, різниця між забавами й іграми полягає у тому, що останні важкіші, у них обов'язково хтось виграє, тоді як у забаві немає переможців і переможених [135].

Описували ігри І. Боберський, Р. Вовк, Ю.І. Вонзблейн, І. Прокопенко, Н.Е. Цабель, Х. Шур та ін. [136-143].

Намагання описати гру як метод навчання і виховання учнів різних вікових категорій знаходимо у науковій спадщині видатних педагогів, які працювали в історично та соціально різних умовах – Ш.О. Амонашвілі, Н.К. Крупська, А.С. Макаренко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський та ін. Вони

дійшли висновку про виняткову цінність гри для дитини і про необхідність її цілеспрямованого використання. У працях учених ідея керівництва грою у навчально-виховній роботі набула стартового теоретичного обґрунтування.

Як відомо, через гру педагог Ш.О. Амонашвілі використовував різні методи та прийоми впливу на колектив, на кожну особистість, обираючи найкращі шляхи реалізації задуманого. З цього приводу практик і теоретик писав: "Прагнучи пізнати таємницю дитячої душі, педагогічної майстерності та науки Педагогіки, буду бачити в кожній дитині свого вчителя і вихователя" [144, с. 10].

Завдяки зусиллям Н.К. Крупської у навчально-виховний процес дошкільних і середніх загальноосвітніх закладів було введено ігри, оскільки, "кожна гра ... вчить чого-небудь, а головне – дитина привчається до порядку, до праці, привчається не сваритися з товаришами і поступатися їм без примх і сліз... Гра здебільшого – наслідування" [145, с. 95, 126].

Немалий вплив на теорію і практику гри мали ідеї А.С. Макаренка. Досвід роботи з дітьми-правопорушниками переконав педагога у тому, що гра обов'язково повинна мати місце у дитячому колективі і її використання сприятиме вихованню школярів, їх позитивних емоцій. Гра відіграє важливе значення у дитячому житті: "Яка дитина в грі, така з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається, насамперед, у грі". Гра – багатофункціональний метод виховної роботи: вона виховує колективізм, творчість особистості, свідому дисципліну, організованість, розвиває інтелектуальні здібності, естетичні почуття, ініціативу, формує вміння долати труднощі, відповідально ставитися до своїх обов'язків, привчає людину до фізичних і психічних зусиль, які потрібні для роботи. Видатний педагог поставив питання керівництва ігровою діяльністю: "Педагог не може не грати. Не може бути педагога, який би не вмів грати... Але не можна грати сценічно, зовнішньо" [32, с. 268, 319].

Талановитий український педагог С.Ф. Русова у роздумах про нову школу соціального виховання звертає увагу на гру, через яку "дитина наче

перевіряє свої переконання, враження, виявляє свої нахили, фізичну силу, свою повну самосвідомість. ...Гра дає розумові гнучкість, розвиває увагу, самостриманість і спритність” [146, с. 62-64].

Видатний практик і теоретик В.О. Сухомлинський, який у своїх творах розкривав широкий спектр питань виховання і навчання дітей, не залишив поза увагою гру, – ту іскру, що захоплює вогник допитливості і любові до знань. За переконанням педагога-гуманіста, гра – найсерйозніша дитяча справа; через гру розкривається навколишній світ, творчі можливості особистості. Без неї не має повноцінного розумового розвитку. Гра – це величезне світле вікно, через яке у духовний світ дитини вливається життєдайний потік уявлень. Вона починається там, де є краса. Педагог, стверджуючи, що гра – це праця, застерігає про неможливість перетворення праці на гру [147, с. 95-96]. В.О. Сухомлинський велике значення надавав вихованню, однією з причин неспроможності педагогічних працівників перед складною дитиною вважав те, що їхня робота спрямована тільки на викорінення та попередження вад [148, с. 27-28].

У розробці теорії педагогічного керівництва ігровою діяльністю дітей дошкільного і молодшого шкільного віку важливим є досвід відомих науковців у галузях дошкільної педагогіки і фізичного виховання, а саме: А.І. Аржанова (дитяче спілкування і колективна гра у психології); Л.В. Артемова (формування взаємовідносин дітей у грі, їхньої суспільної моральності); Р.Й. Жуковська (виховання дитини у грі, педагогічні умови); А.В. Запорожец (гра і розвиток дитини); Б. Мchedlidge (місце гри у педагогічному процесі дитячого садка); А.П. Усова (роль гри у вихованні дітей); Г.П. Щербовицький (методологічні зауваження до педагогічного дослідження гри) [149-158] та ін.

Кінець XX та початок XXI ст. – час змін у політиці, в освіті, яка по-новому почала підходити до розуміння ігрової діяльності з урахуванням напрацювань та досягнень педагогічної науки попередніх епох.

Відповідно до освітніх завдань науковці та методисти розробляють

програми з фізичного виховання; контролю та оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів; концепції підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні; наукові дослідження щодо методичного забезпечення навчально-виховного процесу школи (В.Г. Ареф'єв, І.Д. Бех, Т. Бойченко, А.Ф. Борисенко, О.М. Вавілова, Г.Г. Ващенко, Е.С. Вільчковський, В.М. Верхлін, Л.В. Волков, С.С. Волкова, А.Я. Вольчинський, С.І. Гальперін, Н.Ф. Денисенко, М.С. Дубовис, Г.А. Єдинак, В.І. Завацький, М.Д. Зубалій, Я.П. Кодлюк, Г.С. Костюк, М.В. Кричфалуший, О.І. Курок, О.З. Леонов, В.В. Столітенко, Є.В. Столітенко, С.Ф. Цвек, Б.М. Шиян та ін.) у центрі уваги дослідників методика педагогічного керівництва ігровою діяльністю, застосування рухливих та народних ігор в усіх класах ЗОШ; дослідження ролі колективу у вихованні особистості школяра засобами гри; гра як педагогічний метод тощо [159-192].

У дослідженнях кінця ХХ ст. простежується тенденція вивчення ігор у поєднанні з молодшим шкільним віком, що пояснюється зміною провідних видів діяльності учнів початкової школи. Готуються до друку зошити та підручники з основ здоров'я і фізичної культури [193-196]. У цей час з'являються наукові доробки, у яких об'єктом і предметом дослідження є рухливі та народні ігри, їх значення у житті дитини, види, зміст, методика розучування тощо (Г.М. Аксельруд, Н.В. Андрощук, Л.В. Билеєва, О.Л. Богініч, Е.С. Вільчковський, В.Ю. Володченко, В.В. Горбунов, Л.К. Грицюк, А.П. Демчишин, А.Б. Дзюбановський, М.С. Дубовис, І.С. Звізда, М.М. Звізда, Ю.І. Іванов, А.В. Кенеман, О.В. Козуб, І.С. Колтакова, І.М. Коротков, О.Я. Кругляк, Н.П. Кругляк, Є.І. Михайлова, Т.І. Осокіна, В.І. Пеппи, З.Н. Плечова, Н.О. Пустовіт, В.І. Семеренський, Н.П. Сивачук, П.Г. Черемський, Л.Г. Шевцова, В.Г. Яковлев та ін.) [197-244].

На основі досліджень О.М. Вацеби [245], у яких піднімалися проблеми українського спорту, книговидання з фізичного виховання та спорту в Україні, було складено хронологічний показник видруку книжок із проблем історії, розвитку та використання дитячих рухливих ігор (1922-1944 роки) (додаток В).

Серед наукових досліджень кінця ХХ ст. вирізняється робота О.Л. Кононко [246], у якій провідною є думка, що грі потрібно вчити, як і всьому іншому, і починати це потрібно з перших місяців появи дитини на світ; у перших дитячих іграх головним і необхідним учасником ще не один рік буде дорослий, який повинен грати ініціативно, творчо навіть тоді, коли йому цього не хочеться.

Неоднотайні дослідники у визначеннях функцій, структури та ознак гри. Так, Л.К. Грицюк, Л.А. Завацька, О.С. Семенов пишуть, що “усвідомити структуру і функції гри допомагають класифікації ігор...” та подають таку структуру гри: 1) мета гри (сенсорна, фізична, соціальна, інтелектуальна, емоційна); 2) ситуація гри (місце, атрибути, статевий та віковий склад учнів); 3) правила (або хід) гри [209, с. 5-6].

У структурі гри виділяє А.П. Рудик компоненти: 1) фабула, або тематичний зміст, сюжет; 2) моторний зміст, або об’єм, різновид і характер рухів, які виконуються у грі, їх швидкість, сила, характер координації; 3) організаційна сторона гри, її складність, взаємовідносини гравців, розподіл ролей та обов’язків, зміст правил [247, с. 43-44].

Аналізуючи висновки педагогів, психологів, які досліджували гру Н.В. Кудикіна [248] створила власну теоретичну модель структури ігрової діяльності молодших школярів, яка включає такі компоненти: мотиваційно-цільовий, процесуально-операційний, змістовий, контрольно-оцінний, результативний. Дослідниця визначила також функції ігрової діяльності в цілісному навчально-виховному процесі початкової школи: збагачення емоційно-почуттєвої сфери, забезпечення основ здоров’я, креативна, адаптаційна, мотиваційна, навчально-пізнавальна, розвиваюча, діагностуюча, корегуюча, виховна функції.

Іншу структуру рухливої гри пропонує О.Л. Богініч: 1) ігровий задум, або мета гри, 2) ролі, 3) ігрові дії, 4) сюжет гри, 5) правила гри [152, с. 59].

Стосовно функцій гри В.В. Зеньківський пише “... щоб надати активності дитини таку форму, яка не відволікатиме від реальності, потрібно

дозволити їй трохи пофантазувати” [23, с. 32].

„В ігровій діяльності дії, – пише С.Л. Рубінштейн, є скоріше вражаючими і семантичними актами, ніж оперативними прийомами. Вони повинні скоріше виразити висновок у потягах, у мотиві є зміст дії, відношення його до цілі, чим реалізувати цю ціль у вигляді речового результату. Така функція, призначення ігрової дії” [57, с. 488].

Серед ознак С.Б. Мудрик виділяє: основні ознаки (вільність: думок і дій; тимчасовість різних видів діяльності; обмеженість у часі і просторі), формальні ознаки (незаінтересованість, самовираження, елемент суперництва, елемент напруги, непередбачуваність) [249], а доповнив їх О.В. Шевченко: формою організації занять, характером моторної щільності, за сезоном і місцем роботи [242].

У 90-ті роки ХХ століття в історії педагогіки початкової школи введено поняття *народні ігри*. Науковцями розпочинаються дослідження ігрової діяльності у народознавчому аспекті (В.Г. Балушок, О.В. Бик, В.А. Коротеєва, А.М. Мудрик, О.С. Найдєн, Є.Н. Приступа, В.І. Семеренський, О.В. Слимаковський, М.Г. Стельмахович, П.Г. Черемський). Відомі педагоги теж високо оцінювали ці ігри (Г.П. Ващенко, С.Ф. Русова, В.О. Сухомлинський, К.Д. Ушинський та інші).

А.В. Цьось писав, що вивчаючи історію будь – якого народу, практично неможливо залишити поза увагою ігрову діяльність людей, яка виконує важливі соціальні функції і є невіддільною складовою національної культури. Важливою, за його словами, є атрибутика українських народних ігор, тому він дає цінні рекомендації щодо її виготовлення [250].

Про можливість і необхідність використання українських народних ігор у навчально-виховному процесі говорить О.Л. Богиніч. Вона пропонує врахувати тематику ігор, використовувати їх у різних природних умовах, за відповідною тематикою (у лузі – такі ігри “Віночок”, “Подоланочка”, біля водойми – “Міст”, “Качки і рибалки” тощо); сезонно-обрядові ігри [152] та Н.П. Сивачук – відповідно до сезону: перед святом Івана Купала розучувати з

дітьми народну гру “Горю-буд”, на Новий рік чи Різдво – народну гру “Калита”, а також колядки і щедрівки з відповідними дійствами: навесні грати у гру – “Шум”, “Кривий танок”, улітку – “Хусточка”, “Коза-дереза”, восени – “Ходить гарбуз по городу”, “У квача”, а взимку – “Кіт і миші”, “День і ніч”. Радить перед грою розповідати про народні звичаї, легенди, повір’я, приповідки про історію походження гри та звичаю, послуговуватися різними жанрами усної народної творчості: загадками, закличками, лічилками, пісеньками, народною казкою тощо [186]. “Невід’ємним компонентом календарних ігор, – писав А.В. Цьось, – було закликання добра, багатства та успіху у дім і родину” [251, с. 24]. А.В. Цьось описує історію фізичного виховання в Україні від доісторичних часів до прийняття християнства [252].

Аналіз наукової літератури засвідчує, що педагогічне значення народних рухливих ігор пояснюється їх культурно-історичним походженням. Фізичні вправи та народні ігри були обов’язковими ще у традиційних культових дохристиянських обрядах та ритуалах, вони відігравали магічну роль (за дослідженнями А.В. Цьося (додатки Б.2, Б.3, Б.4).

В Україні збирання народних рухливих ігор започатковано у ХІХ ст. письменниками і діячами культури: Борисом Грінченком, Марком Грушевським, Софією Русовою, Лесею Українкою, Павлом Чубинським, Тарасом Франком.

Відома українська дослідниця дошкільного виховання Т.І. Поніманська [253], яка досліджувала особливості впливу гри на дитину з перших місяців її життя; робить висновки, що народні ігри мають важливе значення для морального виховання підростаючого покоління; правильне педагогічне керівництво ними розвиває особистість, створює сприятливі умови для взаємозбагачення дітей моральним досвідом.

Народні ігри пов’язані з культурою народу. Їхні образи створювали через народні казки про звірів, птахів, рослин тощо. Спільними для народних казок і ігор є образи-ролі kota, лисиці, мишей, ведмедя, вовка. Спільність

образів – це ознака спільної фольклорної основи та спорідненого виховного впливу через ігри ”У сірого вовка”, ”Вовк і лисичка”, ”Коза, коза – ме!”, ”Заїнько”, ”Бери коня” тощо (ці образи описані у народних легендах, традиціях та ритуалах). М.Г. Стельмахович у зв’язку з цим писав, що дитяча гра – один з основних видів діяльності дітей, спрямованої на практичне пізнання навколишніх предметів і явищ через відтворення дій та взаємин дорослих [254, с. 66-67].

Досліджуючи народні ігри та забави Г.В. Воробей формує структурно-функціональну модель упровадження народного ігрового матеріалу у сучасну систему фізичного виховання школярів (додаток Б.5) [255].

Детально у книгах О. Воропай, А.П. Пономарьов, В.Т. Скуратівський та ін. [256, 257, 258] охарактеризували свята, їх ритуальність та прислів’я, які їх супроводжують; описали національне вбрання українців, традиційне житло, заняття, кухню, побут та інше.

Отже, проаналізувавши певну кількість літературних джерел, ми дійшли висновку, що погляди дослідників про гру, ігрову діяльність, позакласну роботу відображають той культурно-історичний період у якому вони працювали (Аристотель, Платон, Шіллер, К. Гросс, Вікторіо да Фельтре, Іоган Гутс-Мутс, М.С. Солопчук та ін.). Існуючі напрямки обґрунтованих трактувань (С.У. Гончаренка, М.М. Фіцули, М.Д. Ярмаченка та ін.) цих понять стали підґрунтям для введення нового поняття – позакласна ігрова діяльність. Підтримуємо погляди М.С. Солопчука, С.М. Філя, О.М. Худоля, Г.В. Малки та ін., які стверджують, що ігри з’явилися ще у родовому суспільстві та мають свою історію. Розвиваючись і удосконалюючись у кожному, відповідно історичному періоді, ігри набували нової орієнтації – через них виховують, загартовують та навчають підростаюче покоління.

Погоджуємося з висновками: Д.Б. Ельконіна, В.В. Зеньківського та іншими, що гра має компоненти та функції; Л.К. Грицюка, Н.В. Кудикіної та іншими, що вона має й структуру; Н.П. Волкової, Г.О. Люблінської, що гра має види; С.Б. Мудриком та іншими, що вона має специфічні ознаки та

піддається класифікації; О.Л. Богініч, Н.П. Сивачук та іншими, що народні ігри потрібно проводити враховуючи пору року, місце, час тощо.

На підставі вищеописаного можна погодитися з думкою С.Б. Мудрика [249], що національна специфіка рухливих ігор за народним календарем проявляється: у національній мові; у відтворенні психологічної особливості українського народу, його світобачення, моральних норм; у відображенні історії, культури, традицій, релігійних вірувань, звичаїв, громадського та побутового життя нації; у зв'язку рухливих ігор з національним фольклором; у любові до природи, до рідного краю, серед якого живе нація; у національній специфіці вираження загальнолюдських ідей добра та справедливості, суспільних інтересів тощо.

Отже, аналіз історичного розвитку ігрової діяльності дає підстави стверджувати, що цей вид життєдіяльності досить важливий для формування різних новоутворень особистості школяра.

1.3 Класифікація рухливих та українських народних ігор

Вивчаючи ігрову діяльність переконуємося у тому, що ігри різноманітні. Ігрова діяльність – складне, різноманітне явище дитячого життя. Одні її ознаки суттєві, інші - другорядні, випадкові. Розробка теоретичних засад педагогічного керівництва ігровою діяльністю учнів молодшого шкільного віку у позакласній роботі, у першу чергу, передбачала вивчення, усвідомлення і визначення схожості між різними іграми, їх об'єднання за спільними ознаками у певні групи, види і підвиди, отже, здійснення класифікації. Це і є узагальнення знань. Опишемо та обґрунтуємо власну класифікацію рухливих та українських народних ігор.

Як відомо із психолого-педагогічних джерел [96, с. 89; 99, с. 72-78; 100, с. 60; 101, с. 231; 102, с. 150; 103, с. 146-147], рухливі ігри охоплюють велику кількість різних видів ігор, які у свою чергу відносяться до видів діяльності

дитини – дошкільника та молодшого школяра. А саме у діяльності, в ігровій діяльності, виховується особистість. Проблема класифікації ігор дітей молодшого шкільного віку давно привертала до себе увагу різних учених, оскільки гра має великий виховний і розвивальний потенціал. Аналіз публікацій у педагогічній пресі та наукових робіт з окремої проблеми засвідчує, що за останні 100 років було вироблено різні підходи до класифікацій ігор.

Звертали увагу на класифікації, давали визначення їм Г.С. Костюк [259, с. 213] та ін. Кожна з класифікацій ігор, запропонована авторами різних наукових шкіл, варта уваги, бо кожна нова класифікація узагальнює попередні знання про особливості групування ігор.

Перша класифікація ігор належить Карлу Гроссу, який поділив дитячі ігри на дві категорії: 1) ігри, що сприяють духовному розвитку дитини; 2) ігри, що стимулюють фізичний розвиток [119] (додаток Б. 1).

Інший дослідник Е.А. Покровський класифікував ігри за такими ознаками: 1) ігри з іграшками, 2) ігри з рухами, 3) ігри з обертальними рухами; 4) символічні ігри; 5) ігри з піснями і хороводами; 6) ігри з зав'язаними очима; 7) ігри з мотузкою; 8) ігри з метальною зброєю; 9) ігри з м'ячем і палками; 10) ігри з стрибанням; з жгутом, різними знаряддями; 11) ігри з шарами; 12) ігри з палками; 13) ігри з кістками; 14) ігри з камінчиками; 15) домашні та зимові ігри [98].

За трьома ознаками лікар М.І. Покровська класифікувала ігри: 1) врахування індивідуальності, віку, природної схильності дитини; 2) гра повинна бути пізнавальною, розширяти розумовий кругозір; 3) сприяння самодіяльності дитини у грі [133].

Видатний український педагог С.Ф. Русова класифікувала ігри за порами року: весняні, літні, осінні, зимові ігри [146, с. 65].

За віковими категоріями М. Філітіс поділяв ігри: 1) ігри 1-го молодшого віку (діти 10-12 років); 2) ігри 2-го молодшого віку (12-13 років); 3) ігри середнього віку (13-16 років); 4) ігри старшого віку (старші 16 років) [141].

Пропонував вивчати ігри у трьох аспектах Д.А. Колодця: 1) психологічному; 2) історико-педагогічному; 3) педагогічному [1].

На дві категорії Едуард Клапаред класифікує ігри: 1) ігри сенсорні, моторні, психічні; 2) ігри у боротьбу, у полювання, суспільні, сімейні, наслідувальні [122].

На межі ХІХ – ХХ ст. у педагогічній літературі поширилася назва *рухливі ігри*. Д.А. Колодця вважав руховий елемент третім чинником вольового процесу. І.А. Сікорський у зв'язку з цим писав, що динаміка рухів сприяє вольовій напрузі, через яку досягається певна ціль [1, с. 244-245].

На класифікацію ігор звертали увагу у своїх працях психологи: П.П. Блонський, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн та інші.

Розглянемо найбільш суттєві класифікації ігор, які розроблені вітчизняними та зарубіжними науковцями.

Класифікація рухливих ігор, за словами С.Б. Мудрика [249], зумовлюється: 1. Змістом шкільної програми. Згідно вимог цього документа фізичне виховання у школі передбачає формування основних життєво необхідних умінь та навичок. Найефективніший шлях заучування фізичних вправ лежить через ігрову діяльність. Тому доцільно застосувати ігри, що сприяють цілеспрямованому вивченню конкретних рухових дій. 2 Освітнім характером фізичного виховання. Він полягає у засвоєнні спеціальних знань у галузі фізичного виховання та формуванні рухових умінь та навичок. Рухливі ігри за своїм змістом сприяють вирішенню цих завдань.

Відповідно до статевих і вікових особливостей дітей, Гаркво і Пеллетьє, рухливі ігри класифікували на: 1) ігри для хлопчиків та дівчаток; 2) ігри для хлопчиків; 3) спокійні ігри для хлопчиків та дівчаток; 4) ігри для хлопчиків і дорослих [137].

Рекомендує такий поділ ігор І. Боберський: 1) забави; 2) власне ігри: дужанки, здогони, іманки [140, 202].

В основу класифікації ігор Х. Шур [143] поклав ознаки: а) місце перебігу ігор (у залі, на майданчику, на льоду, на снігу тощо), б) ступінь

загального фізичного навантаження дитини у грі.

Досить змістовний поділ ігор пропонує І. Прокопенко: 1) спортивні ігри (італійська та американська лапта); 2) рухливі ігри (з рівновагою, комічний біг – біг у мішках, біг із зав'язаними ногами); 3) естафетні ігри; 4) ігри з опором; 5) атракціони з приладами [139].

Відповідно до вікових особливостей П.А. Рудик виділяє ігри для молодшого, середнього та старшого шкільного віку [247].

Педагогічну класифікацію колективних рухливих ігор пропонують Л.В. Билеєва та І.М. Коротков у своїх книжках [199-201].

У класифікації ігор Л.К. Грицюка, Л.А. Завацької, О.С. Семенова, враховано: 1) ігри за змістом та способом проведення (рухливі, малорухливі, інтелектуальні, музичні, сюжетно-рольові, забави, конкурси); 2) ігри за мотиваційним спрямуванням (психо-чуттєві (сенсорні), рухові, соціальні, розважальні) [209].

Такі науковці як О.Я. Кругляк, Н.П. Кругляк розподіляють ігри за: класом, спрямованістю рухових дій, ступенем розвитку рухових якостей та інтенсивністю [225].

Подібну класифікацію іграм знайдено у роботах А.Д. Леськова та А.Б. Дзюбановського, яка розроблена за такими ознаками: спрямованість рухових дій, інтенсивність, місце і час проведення та переважаючий розвиток фізичної якості [230].

Враховуючи вище наведені класифікації Н.В. Андрощук поділяє ігри на: рухливі, естафетні, командні [198].

Відповідно до пір року класифікує ігри Л.І. Пензулаєва: 1) рухливі ігри та вправи осіннього періоду; 2) рухливі ігри та вправи зимового періоду (лижна підготовка); 3) рухливі ігри та вправи весняного періоду; 4) рухливі ігри та вправи літнього періоду [235].

Підкріплюючи кожну із характеристик висновками психологів, педагогів, Н.В. Кудикіна [248] розробила власну класифікацію ігор дітей молодшого шкільного віку, в яку входять всі відомі на даний час ігри.

Залежно від характеру рухових дій дослідниця О.Л. Богініч класифікувала рухливі ігри так: сюжетні та несюжетні ігри, ігрові вправи, ігри-естафети та ігри з елементами спорту. Посилаючись на визначення ігрових вправ Г.П. Саморуковою, вона здійснила класифікацію ігрових вправ із виділення структурних компонентів: 1) ігрові вправи, в основі яких лежать нескладні ігрові дії, дії з предметами; 2) ігрові вправи сюжетного характеру; 3) ігрові вправи імітаційного характеру; 4) ігрові вправи з елементами змагань [152, с. 24, 60].

І.С. Звізда та М.М. Звізда виділяють: ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ (1 група – ігри, які охоплюють усі великі групи м'язів; 2 група – ігри, що тонізують м'язи тулуба, рук, ніг); ігри з бігом; ігри зі стрибками; ігри на рівновагу; ігри з елементами акробатики; ігри з елементами боротьби тощо [239].

О.І. Ламкова [227] запропонувала розрізняти: 1) ігри в обмеженому просторі (ігри з м'ячем, на швидкість, на влучність, на силу, на гнучкість, увагу, спритність, координацію рухів, естафети); 2) ігри на свіжому повітрі (ігри у лісі, парку або саду, на снігу).

Серед ігор Е.С. Вільчковський та В.І. Страшинський [206] виділяють такі їх різновиди: ігри без розподілу на команди, ігри з розподілом на команди, ігри на лижах, ігри на воді, ігри на місцевості. В іншій класифікації ігор автор Е.С. Вільчковський [207] пропонує класифікувати ігри відповідно до вікової категорії: ігри з елементами ходьби, бігу, рівноваги, повзання, лазіння, кидання та ловіння предметів, стрибків, орієнтування у просторі, ігри-естафети, ігри на санках, лижах, ковзанах, на воді, з елементами хокею, бадмінтон, настільний теніс, баскетбол, футбол, хокей.

Подібну класифікацію знаходимо у С.М. Мудрика [249]: ігри з елементами стройових вправ, ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ, з ходьбою, з бігом, стрибками, метанням, з елементами прикладних вправ, на рівновагу, з елементами акробатики, боротьби, танцю, ігри на воді, ігри взимку (лижі) (Додаток Б.6).

Таким чином, можна зробити висновки, що підґрунтям для створення нових класифікацій є вже розроблені класифікації ігор Карлом Гроссом, Е.С. Вільчковським, Д.А. Колодцою, Е.А. Покровським та іншими, які були з перших описані у науковій літературі. Кожна з них має право на існування.

Підтримуємо погляди дослідників (Л.В. Билеєва, І.С. Звізда, М.М. Звізда, Н.В. Кудикіна, В.І. Страшинський та ін.), щодо створення ними класифікацій ігор. Адже, кожна із класифікацій ігор є цікавою за своєю структурою та змістом, бо їх автори звертали увагу на ігри із певної точки зору, часу та узагальнювали знання попередників.

Вивчивши та проаналізувавши відомі нам класифікації рухливих ігор [1, 98, 119, 122, 133, 137, 139-143, 146, 152, 198 - 202, 206, 207, 209, 225, 227, 230, 235, 239, 247-249], доповнюємо класифікацію С.М. Мудрика, так як вона, на нашу думку є найбільш повною. Отже, систематика ігор доповнюється такими ознаками: 1) інтенсивність (низька, середня, висока), 2) вікова категорія (молодші школярі), 3) стать (хлопчики та дівчатка), 4) переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, рішучість, наполегливість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність і т.д., притаманні одній грі), 5) малі фольклорні форми (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки тощо) [179, 212, 217, 260] (Додатки Д 1 – Д 7), 6) час і місце проведення; 7) ігри, які визначають розвиток фізичних якостей (швидкість, витривалість, гнучкість, сила, спритність, швидкісно-силова якість); 8) ігри з елементами футболу (Таблиця № 1.1). Авторські розробки рухливих ігор з елементами футболу подано у Додатку М.1 з врахуванням значення, інтенсивності, інвентаря та обладнання, місця проведення, змісту, правил, шикування (графічний малюнок).

Відповідно до вікових особливостей молодших школярів нами здійснено розподіл ігор за розвитком їхніх фізичних якостей: швидкості, витривалості, гнучкості, сили, спритності, швидкісно-силової якості.

Класифікація рухливих ігор за характером рухової діяльності та впливом на розвиток фізичних і вольових якостей (відповідно до програмових вимог можна використати всі фізичні вправи за ознаками переважного впливу на прояв фізичних якостей у вигляді ігор для вивчення їх впливу на організм, розвитку та удосконалення відповідних фізичних якостей, виховання вольових якостей: наполегливості, рішучості тощо):

1) *ігри, які визначають розвиток фізичних якостей*: а) *швидкість* – короткочасне виконання рухових дій з максимальною швидкістю, наприклад, гра “Хто швидше ?, або естафетний біг?” Ця фізична якість розвивається під час усіх рухливих ігор; б) *витривалість* – тривале виконання рухових дій без перерви для відпочинку, неодноразове виконання до втоми, наприклад, гра “Витривалі бігуни”. Ця фізична якість розвивається під час ігор з елементами ходьби, бігу, прикладних вправ, боротьби, танцю та футболу; в) *гнучкість* – передбачає виконання рухових дій з максимальною амплітудою, наприклад, гра “Ведмеді на полюванні”. Ця фізична якість розвивається під час ігор з елементами ЗРВ, ходьби, прикладних вправ, рівноваги, акробатики, боротьби, танцю, футболу; г) *сила* – короткочасне виконання рухових дій з подоланням опору, наприклад, гра “Естафети павуків”. Ця фізична якість розвивається під час ігор зі стрибками, з метанням, на воді, взимку; з елементами прикладних вправ, з рівноваги, акробатики, боротьби, футболу; д) *спритність* – передбачає перебудову рухової діяльності у зв’язку з ситуаційними змінами під час складно координаційних дій або незвичайних вихідних положень верхніх та нижніх кінцівок, наприклад, “Хто швидше ?, або естафетний біг ?” Ця фізична якість розвивається під час усіх рухливих ігор; е) *швидкісно-силова якість* – докладання максимальних зусиль за короткий проміжок часу, наприклад, гра “Молодці – стрибунці”. Ця фізична якість розвивається під час ігор зі стрибками.

Авторські розробки – ігри, які визначають рівень розвитку фізичних якостей: швидкість, витривалість, гнучкість, сили, спритності, швидкісно-силова якість подані у Додатку М.2.

2) *ігри з елементами стройових вправ* (“До своїх прапорців”, “В шеренгу шикуйсь”, “Клас, струнко”, “Виклик номерів”, “Слухай сигнал”, “Чия ланка швидше збереться?”, “У дітей порядок строгий”) своїм змістом і діями спрямовані на організацію учнів під час уроку та можуть використовуватися в будь-якій частині його. Вони стимулюють виховання в учнів організованості, дисциплінованості та розвитку уваги, навичок колективних дій. При використанні цих ігор у школярів засвоюються поняття: стрій, шеренга, колона, коло, направляючий, замикаючий тощо. Вони сприяють формуванню правильної постави та точності рухів, розвитку спритності та швидкості. *Шикуння* та *перешикування* є стимулом до виконання швидких дій.

Домінуючими фізичними якостями виступають спритність та швидкість;

3) *ігри з елементами загальнорозвиваючих вправ* (“Батько”, “Мак”, “Шевчик”, “Дрова”, “Адам і Єва”, “Ой вийтеся, огірочки”, “Боротьба кажана з вітром”, “Кіт потягується”, “Гуси на воді”, “Пташка”, “Мокрий кіт”, “Пузир”, “Боцюн і криниця”, “Заборонений рух”), які поділяються на дві групи:

До першої групи увійшли ігри, які охоплюють усі великі *групи м'язів* та їх проводять у першій частині уроку, щоб підготувати дитячий організм до максимальних фізичних навантажень в основній частині уроку та запобігти травматизму школяра. Це колективні ігри: “Батько і діти”, “Мак”, “Шевчик”, у яких використовується велика кількість рухів, але кожний рух повторюється багато разів, та ігри-імітації явищ природи, звірів, птахів, праці людей: “Боротьба кажана з вітром”. Під час проведення таких ігор у дітей добре розвивається уява, увага, можуть швидко перевтілюватися в обрані образи. Ігри з елементами ЗРВ забезпечують засвоєння учнями різноманітних рухів, активізують роботу різноманітних м'язів, сприяють їх зміцненню, покращують рухливість суглобів, підвищують діяльність внутрішніх органів, поліпшують поставу та координацію, посилюють організованість, дисципліну, виробляють навички до узгодження колективних рухових дій.

До другої групи увійшли ігри, що тонізують м'язи тулуба, рук та ніг. Це ігри низької інтенсивності: “Пузир”, “Пташка” тощо. Вони застосовуються тоді, коли певна група м'язів отримала відповідне навантаження.

Домінуючою фізичною якістю є швидкість, на другому місці – спритність та гнучкість;

4) *ігри з ходьбою* (“Петре, де ти?”, “Жмурки”, “Підхід вартових”, “Звідки ти?”, “Гарбуз”, “Огірочки”, “Міст”, “Нічний марш”, “Дуб чи береза”). Ходьба є природним рухом і займає одне з основних місць у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку. Важливо проводити такі ігри з зав'язаними очима, бо вони сприяють формуванню правильної постави та красивої ходьби у дітей. Якщо спостерігати за ходою людей, які не бачуть, то можна помітити, що вони при ходьбі завжди тримають спину рівно, плечі розвернутими. У давнину широко застосовували ігри з закритими очима: “Панас”, “Жмурки”. Ігри з ходьбою бажано проводити щодня у різних умовах *грунту та рельєфності*. В іграх з ходьбою можна використовувати різні *предмети*.

Домінуючою фізичною якістю є витривалість, на другому місці – спритність та гнучкість;

5) *ігри з бігом* (“Іду на Ви!”, “Гуси”, “Пень”, “День і ніч”, “Хатина”, “Регіт”, “Дуб”, “Запорожець на Січі”, “Панас”, “Проводи русалки”, “Сказаний бугай”, “Рибалки і риби”, “Квачі парами”, “Доганяй, втікаючи”, “Ворон”, “Воробей”, “Дикі кози”, “Яструб”, “У колдуна”, “Хрещик”, “Лисиця і заєць”, “Сірий кіт”, “Кавуни”, “Мур”, “Ковбаса”, “Біг по коридору”, “Біг з перешкодами”, “Третій зайвий”, “Зустрічні старты”, “Естафетна паличка”, естафета “Потяг”) формують навички вільного бігу з дотриманням правильної постави, збільшують навантаження на м'язовий апарат, на дихальну та серцево-судинну систему. Дослідження показують, що *витривалість, спритність, швидкість* як домінуючі фізичні виробляються у молодшому шкільному віці, а їхнім критерієм є інтенсивність рухової дії. Ігри з бігом поділяться на дві групи:

1 група – ігри (“Гуси”, “День і ніч”, “До цілі”), які сприяють розвитку швидкості у дітей. Вони передбачають максимальну інтенсивність і частоту

рухів упродовж короткого проміжку часу – не більше шести секунд. Відстань між гравцями і предметами у таких іграх не повинна перевищувати 20 метрів. Це сприяє збільшенню швидкості одинарних простих рухів і частоти рухів у локомоторних, тобто тих, що пов'язані з переміщенням усього тіла у просторі, у діях.

2 група – ігри (“Рибалки і риби”, “Квачі парами”, “Кіт і миша” тощо), які сприяють підтримці належної фізичної працездатності організму. Вони характеризуються тим, що упродовж тривалого часу необхідно проявити наполегливість для досягнення необхідної мети. Але діти молодшого шкільного віку не відрізняються високим рівнем розвитку фізичної витривалості. Втолюваність організму (почервоніння обличчя, задишка, прискорення серцебиття, уповільнення рухів) під час гри настає через 4-9 хвилин (це залежить від змісту гри та фізичної підготовленості дітей). Для відновлення функціональних можливостей організму потрібно робити недовготривалі перерви (1-2 хвилини). Лише після цього гри можна поновлювати або пропонувати іншу, що відповідатиме емоційно-психічному стану дітей;

б) *ігри зі стрибками* (“Вовк і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”, “Струмок”, “Гречка”, “Тинок”, “У річку гоп”, “Спутані коні”, “Півник”, “Стрибки по купинках”, “Гігантський крок”, “На одній нозі по прямій”, “Абетка”, “Естафета з стрибками через гімнастичну лаву”, “Стрибки командою”) характеризуються короткочасними швидко-силовими напруженнями м'язів ніг. Вони проявляються у режимах м'язового скорочення і забезпечують швидке переміщення тіла та його ланок у просторі. Максимальним вираженням таких рухових дій є так звана вибухова сила, під якою розуміється дія максимальних напружень протягом мінімально короткого проміжку часу.

За даними досліджень та практики, молодші школярі набагато краще переносять швидко-силове навантаження при застосуванні вправ та ігор стрибкового характеру. Під час стандартного уроку, на якому вивчається техніка певного стрибка, учні повторюють вправу у середньому до десяти

разів, тоді як в іграх (“Вовк і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”, “Струмок”) виконують 25-45 стрибків з максимальним напруженням м’язів ніг. Отже, рухова активність у грі набагато вища. На уроці витрачається багато часу на черговість виконання вправи (стрибають 1-4 учні) та на її пояснення (коли вчитель пояснює, а всі діти чекають команди для виконання стрибка). У грі швидка зміна подій змушує дітей виконувати багато стрибків, вкладаючи всю свою енергію у кожний з них. Ігри зі стрибками сприяють зміцненню опорно-рухового апарата та функціональному розвитку серцево-судинної та дихальної систем. У молодшому шкільному віці потрібно проводити рухливі ігри з подоланням маси власного тіла – *стрибки у довжину, висоту, через предмети, які закріплені на місці або рухаються*.

Домінуючими фізичними якостями є швидкість і сила, а також спритність;

7) *ігри з метанням* (“Бабу перевозити”, “Хто далі кине”, “Влучний стрілець”, “Захисник фортеці”, “Пошивай”, “Квач з м’ячем”, “Штандер”, “Квочка”, “Круговий”, “На полюванні”, “Мисливець і качки”, “Перепелиця”, “Мушка”, “Шкандибки”, “Бабок”, “У скраклі”, “Вибий ведучого”, “Влучно в ціль”) потребують певної координації рухового апарата, вміння розраховувати силу і точність кидка залежно від відстані та розміщення цілі у просторі (рухома чи нерухома, горизонтальна або вертикальна). Отже, вони передбачають складні рухові реакції, які важкі для молодшого школяра. Тому ігри з метанням поділяємо на *прості* та *складні*. *Прості* – ігри, у яких метання виконується з *місця* на дальність: “Хто далі кине”, “Влучний стрілець”, “Захисник фортеці”. До *складних* відносимо ігри з реакцією дітей на об’єкт, що *рухається*, та реакцією вибору. Для розвитку та удосконалення у дітей здатності швидко фіксувати очима предмет, що рухається, необхідно використовувати ігри з великими м’ячами (“Квач з м’ячем”, “Штандер”) і малими (“Квочка”, “Мисливець і качки”) та з палицями (“Перепелиця”, “Циганка”). Під час кидка спрацьовують: зоровий аналізатор, який контролює політ м’яча; ЦНС, яка об’єктивно оцінює результат кидка та оперативно

порівнює м'язову силу, щоб внести потрібні корективи при наступних кидках – найточніше вибрати відстань і ціль.

Високе фізичне та психологічне навантаження спостерігається при поєднанні метання з бігом, стрибками, силовим єдиноборством. Поліпшення просторової точності рухової орієнтації рук і плечового поясу позитивно впливають на розвиток координації рухів.

Домінуючою фізичною якістю є сила, а згодом – спритність;

8) *ігри з елементами прикладних вправ* (“Дістати сало”, “Стовп”, “Повінь”, “Скалолаз”, “Кубло”, “Незграбний ведмідь”, “Западня”, “Павук”, “Куниця і білки”, “Підвісний міст”, “Тунель”, “Спритний вуж”), а саме: *лазіння* – пересування по гімнастичній драбині, лаві (однойменним та різнойменним способами), канату; *перелізання* (різна висота перешкод); *переповзання та пересування* по підлозі (землі) в положенні лежачи на грудях або навколішки. Такі ігри є дієвим засобом розвитку м'язів плечового поясу, сили м'язів верхніх та нижніх кінцівок. Ігри з *лазінням* (“Дістати сало”, “Стовп”) мають в основному силовий характер і містять у собі різні способи пересування по підлозі, по приладах (в природі по деревах, висячих або лежачих колодах, горах) за допомогою рук і ніг або тільки рук. Для молодших школярів необхідно обмежувати час гри та подолання висоти знаряддя (канат, драбина, стовп, колода, гімнастична лава), щоб не порушувати частоту серцевих скорочень, частоти дихання, напруження грудної клітки. Ігри з *перелітанням* можуть використовуватися як з місця, так і з розбігу (“Незграбний ведмідь”, “Павук”). У першому випадку (з місця) розвивається сила, а в другому (з розбігу) – спритність. Ігри з *переповзанням* (“Підвісний міст”) мають велике прикладне значення. Ці ігри не складні, хоч пов'язані з витратою значних зусиль. Домінуючими фізичними якостями є сила та спритність, допоміжними – витривалість, швидкість і гнучкість;

9) *ігри з елементами рівноваги* (“Гойдалки”, “Журавель”, “Ластівка”, “Навпереваги”, “Жук”, “Рак-неборак”, “Пересування на бочці”, “Дресирування звірів”, “Метелиця”, “Круть-верть”, “Млин”) покликані

розвивати уміння утримувати стійке положення тіла на різних опорах, тобто сприяти поліпшенню загальної рухової координації. Умовою для збереження рівноваги є розміщення центру ваги над площею опори, бо чим більша площа опори і нижче центр ваги, тим стійкіша рівновага. Ігри, пов'язані з елементами рівноваги, поділяємо на *статичні*, *динамічні* та *мішані*. *Статичні ігри* передбачають розвиток уміння утримувати рівновагу на місці (“Гойдалки”, “Навпереваги”); *динамічні* – за умови пересування по приладах і підлозі (землі) (“Жук”, “Рак-неборак”); *мішані* – після виконання визначеної кількості рухових дій (“Млин”, “Круть-верх”). Розвитку просторової орієнтації і вестибулярного апарата у молодшому шкільному віці сприяє ходьба по накресленій лінії, по лаві і колоді різними способами.

Домінуючими фізичними якостями є сила та гнучкість, а потім – спритність;

10) *ігри з елементами акробатики* (“Краб”, “Каракатиця”, “Перекотиш поле”, “Розпечене колесо”, “Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”) – це складні рухові дії, які потребують уміння школярів координувати свої рухи. Вони сприяють удосконаленню функцій вестибулярного апарата і розвитку просторової орієнтації, а також розвитку сили, швидкості, наполегливості, точності рухів, чуття рівноваги при зміні положення тіла, покращують гнучкість тіла, зміцнюють серцево-судинну і дихальну системи. До ігор з елементами акробатики входять дві групи вправ: *динамічні* – переكاتи, перекиди, перевороти (“Краб”, “Каракатиця”, “Перекотиполе”, “Розпечене колесо”) та *статичні* – стійки, шпагати, парні та групові вправи (“Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”). Ігри з елементами акробатики застосовуються в іграх – естафетах. Домінуючими фізичними якостями є сила та гнучкість, допоміжною – спритність;

11) *головна мета ігор з елементами боротьби* (“Буряк”, “Тягти бука”, “Ріпка”, “Коромисло”, “Відьма”, “Бій півнів”, “Кіт в мішку”, “Княжий острів”, “Дружина і татари”, “Перетягування полинві”) □ розвиток м'язової сили однієї з основних фізичних здібностей людини, під якою розуміють

здатність долати зовнішню опірність або протидію за допомогою м'язових зусиль. Для дітей молодшого шкільного віку силові вправи потрібно застосовувати в обмеженій кількості, крім цього розвиток молодшого школяра потребує помірних навантажень і короточасних швидко-силових напружень. Описаний вид ігор поділяємо на три групи:

а) *ігри, у яких рухові дії повторюються до вираженої втоми* (“Тягти бука”, “Коромисло”, “Дружина і татари”). Повторювані зусилля дозволяють створити значне силове навантаження в м'язах, але тільки у кінцевих повтореннях;

б) *ігри з одноразовим максимальним навантаженням на м'язи* (“Буряк”, “Ріпка”, “Відьма”). У таких іграх рух має відносно постійну швидкість (відірвати або підняти партнера, який сидить на підлозі тощо) і виконання цих вправ потребує силового напруження з затримкою дихання;

в) *ігри на силу, яка проявляється з максимальною швидкістю* (“Бій півнів”, “Кіт в мішку”, “Княжий острів”). Вони сприяють розвитку швидко-силової якості. Регулярне застосування у молодшому шкільному віці рухливих ігор з елементами боротьби забезпечить формування основних груп м'язів верхніх і нижніх кінцівок, плечового пояса, спини і живота.

Домінуючими фізичними якостями є сила, швидкість і гнучкість, допоміжними – витривалість і спритність;

12) *ігри з елементами танцю* (“Сива шапка”, “Женчик”, “Гоп-скок”, “Метелиця”, “Трійки”) формують правильну поставу та легку ходу; у них використовуються кроки різних танців, які відрізняються один від одного ступенем координаційної складності, характером та манерою виконання. Поєднання музики з грою (наприклад, в іграх: “Сива шапка”, “Гоп-скок”, “Метелиця”) посилює виразність і граціозність рухів, сприяє розвитку слуху і чуття ритму у дітей; допомагає засвоїти різні танцювальні позиції (положення, що фіксує початок і закінчення танцювального руху), ходьбу під музику або пісню, танцювальний крок на носках, крок з підскоком, приставний крок (виконується в танцювальному ритмі), крок з приступом,

подвійний ковзний крок, крок галопом в бік і крок польки. Діти, слухаючи музику, узгоджують з нею свої рухи у грі. Танці з іграми несуть у собі глибокі смислові навантаження і мають конкретно визначену мету, для здійснення якої виконуються різноманітні завдання, що поступово ускладнюються, періодично повторюючись в іншій ігровій ситуації. Отже, спостерігається взаємозв'язок фізичного розвитку та розумових здібностей. Домінуючими фізичними якостями є гнучкість і спритність, допоміжною – витривалість;

13) *ігри на воді* (“Морський бій”, “Мисливці і качки”, “Швидкий краб”, “Коловорот”, “Крокодил”, “Колода”, “Щупаки”, “Невід”, “Квачі”, “Морж”, “Водяна змія”, “П’явка”, “Підводники”, “Дельфіни”, “Хто перший”) є ефективним засобом фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Це одним з найцінніших видів вправ, які фізично розвивають, загартовують, масажують тіло тощо. Ігри на воді проводяться у два етапи: 1) *на міліні* (“Морський бій”, “Мисливці і качки”, “Швидкий краб”, “Коловорот”, “Крокодил”), щоб діти позбулися страху води; 2) *на глибині* (“Колода”, “Невід”, “Квачі”), де школярі вчаться триматися на воді, а також пересуватися під водою. Навантаження на дихальні м’язи збільшується під час виконання вдиху та видиху (якщо видих виконується під водою), бо дитячому організму доводиться докладати більше зусиль, ніж під час дихання на суші. Подібні вправи є добрим засобом тренування дихального апарата, постановки глибокого та ритмічного дихання. Вода розвантажує хребет, розслабляє м’язи, змушує працювати ті, які у звичайних умовах були майже бездіяльні, дозволяє відчувати волю у рухах. Оздоровчий вплив рухливих ігор на воді надзвичайно великий: активізується діяльність усіх органів і систем; підвищуються рівень обмінних процесів і загальна опірність організму негативним впливам зовнішнього середовища. Домінуючими фізичними якостями є витривалість і спритність, на другому місці – сила та швидкість;

14) *ігри на лижах* (“Наздожени втікаючи”, “Буксировка”, “Квач на лижах”, “Лижник без палиць”, “Трійки”, “Стогони”, “Хто далі”, “Шеренгою з гірки”, “Мисливець на полюванні”, “Проста естафета”, “Естафета з палками і

без палок”, “З гори у ворота”) у дітей молодшого шкільного віку формують уміння та навички пересуватися ковзним кроком, спускатися з пагорбів різної висоти та підніматися на них. Такі ігри можна умовно поділити на дві групи:

а) *ігри на рівнині* (“Наздожени втікаючи”, “Буксировка”, “Квач на лижах”, “Лижник без палиць”), які розвивають швидкість і витривалість, узгодженість рухів рук і ніг при ковзанні на лижах;

б) *ігри на пагорбах* (“Стогони”, “Хто далі”, “Шеренгою з гірки”, “Мисливець на полюванні”), які регулюють роботу вестибулярного апарата, координують рухи, розвивають рішучість і сміливість. До ігор на лижах можна віднести народні ігри з бігом і метанням, які використовуються влітку та взимку. Під час ігор на лижах діти дихають свіжим, прохолодним повітрям, у результаті чого підвищується опірність організму до простудних захворювань верхніх дихальних шляхів. Чисте, морозне повітря гартує організм, надає бадьорості, підвищує працездатність і витривалість. При пересуванні на лижах працюють усі основні групи м’язів, що підсилює дихання та кровообіг. Динамічна робота ніг при ходьбі на лижах сприяє зміцненню та формуванню стопи, допомагає попередити розвиток плоскостопості. Гарний краєвид створює добрий настрій, позитивно впливає на нервову систему школяра. Домінуючими фізичними якостями є витривалість і сила, на другому місці – спритність та швидкість;

15) *ігри з елементами футболу* (“Злови м’яч”, “Удар на точність”, “М’яч у коло”, “Рикошет”, “Перехоплення м’яча”, “М’яч по колу”, “Влучити у ціль”, “Зустрічна естафета”, “Гра у квадраті”, “М’яч через тунель” тощо) своїм змістом і діями спрямовані на організацію учнів під час уроку або в позаурочний час. Вони стимулюють формування в учнів морально-вольових якостей, навичок в індивідуальних, групових та командних діях гравців, спрямовані на досягнення визначеної мети. Використання рухливих ігор з елементами футболу передбачає засвоєння таких понять, як *техніка пересування* (групи прийомів: *біг* – основний засіб пересування в футболі (звичайний, спиною вперед, з хресним і приставним кроками); *стрибки* –

складова частина в техніках окремих ударів, зупинок м'яча ногою, грудьми, головою та деяких фінтів (прийоми виконання стрибків: поштовх однією та двома ногами); *зупинки* – ефективний засіб зміни напрямку руху (прийоми виконання зупинки: стрибком і випадом); *повороти* – складова частина техніки виконання деяких способів ударів, зупинок, ведення та фінтів (прийоми виконання поворотів: переступанням, стрибком, поворотом на одній нозі, в сторони та назад); *техніка володіння м'ячем* (групи прийомів: *удари по м'ячу* (ногою; внутрішньою стороною стопи; внутрішньою, середньою та зовнішньою частинами підйому; головою; головою в стрибку та без стрибка); *зупинка м'яча* (внутрішньою частиною стопи; підошвою; середньою та зовнішньою частинами підйому; стегном; животом; грудьми; головою); *ведення м'яча ногою* (середньою та зовнішньою частинами підйому; носком; внутрішньою частиною стопи та стегном); *вкидання м'яча*: з-за бокової лінії на точність: у ноги партнеру, який стоїть, або йому на хід; обманні рухи (фінти з м'ячем (комбіновані фінти) і без м'яча (обманні рухи тулуба): “відходом”; випадом; з переносом ноги через м'яч; з ударом по м'ячу ногою; з ударом по м'ячу головою; *зупинкою м'яча* ногою; “зупинкою” грудьми і головою; *імітація* удару по м'ячу ногою з тим, щоб піти від суперника вправо чи вліво; *відбір м'яча* (повний та неповний): у випаді; поштовхом плеча; у підкаті; вибиванням у суперника, що рухається назустріч, зліва та справа від гравця; *техніка гри воротаря* групи прийомів: ловля м'яча (зверху; знизу або збоку; в падінні); відбивання (однією та двома руками; передпліччям; долонями); переводи (на місці, в русі, в стрибку, після переміщення); кидки м'яча (однією та двома руками). Ігри з елементами футболу сприяють формуванню правильної постави та точності рухів, розвитку спритності та швидкості. Під час проведення таких ігор та естафет потрібно враховувати фізичну, технічну, тактичну та психологічну підготовку молодших школярів. Домінуючими фізичними якостями є спритність, витривалість та гнучкість, допоміжними сила та швидкість.

Класифікацію рухливих ігор подаємо узагальнено у таблиці 1.1.

Перейдемо до характеристики найбільш поширених у педагогічній науці класифікацій народних ігор. Українські народні рухливі ігри передавалися з покоління у покоління в живій ігровій практиці, змінювалися відповідно до часу, збагачувалися новими історичними фактами. Є ігри про історичну минувшину – ”Король”, ”Воротар”, ”Мости”, “Бий, дзвоне, бий!” або ”Аркан”; домашньо-побутові: “ У курки“, “ Ходить квочка коло кілочка“, “Курчата“, “Бій півнів“, “Кінь“, “У віслиюка“, “У ворона“, “У вужа“, “У ящура“; ігри про диких істот: “У рака-неборака“, “У лисиць“, “Ласочка, ласочка, лясь!“, “У бобра“; ігри, які характеризують сільське життя: “Продаєш горня, чи ні?“, “Шило“, “У казана“, “Хлібчик“; ігри, які використовувалися під час календарних свят тощо. Щоденними були саморобні іграшки: ляльки, дудочки, сопілки з верби, калини, ліщини, очерету [98; 186; 208; 225; 226; 228].

У древніх літописах майже нічого не має написано про ігри, бо їм не надавалося значення у житті держави (у древніх греків було навпаки), але зважаючи на те, що знаємо із літописів можна допустити: 1) ігри в усі часи і в усіх народів безперечно були; 2) багато із ігор являють собою велику оригінальність, дивлячись по якостям і образу життя народу; 3) багато ігор різних народів мають схожість (ігри у м’яч тощо) [98, с. 5-6].

Перша класифікація українських народних ігор та забав була розроблена А.В. Цьосем, який систематизував ігри українського народу: відповідно до пори року, магічного значення і календарних свят [251, с. 17-19] (додатки Б. 2, Б. 3, Б. 4).

Подібну класифікацію розробила Г.В. Воробей [255], у якій групує ігри та забави з елементами ризику (рухливі ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності та швидкісно-силової); нею запропонована структурно-функціональна модель упровадження народного ігрового матеріалу у сучасну систему фізичного виховання школярів (додаток Б. 5).

Звертаючи свою увагу на ігри, Т. Самотулка поділяє їх на: рухливі;

сенсорні; сприймально-пізнавальні; конструктивні; розумові; товариські; сюжетно-історичні [240, с. 30].

Залежно від місця проведення ігор, їх інтенсивності тощо Андраш Лукачі розрізняє ігри: спортивні, настільні, естафети, салки, ігри на розвиток окоміру, народні ігри [232].

За 32 ознаками класифікувала народні ігри О.В. Кенеман, тобто відповідно до національної приналежності: російські, башкирські, бурятські, дагестанські, кабардино-балканські, калмицькі, карельські, комські, марійські, мордовські, північно-осетянські, татарські, тувінські, удмуртські, чечено-інгуські, чуваські, якутські, ігри народів Сибіру і Далекого Сходу, українські, білоруські, узбецькі, казахські, грузинські, азербайджанські, литовські, молдавські, латиські, киргизькі, таджицькі, вірменські, туркменські, естонські народні ігри [212].

Найбільш повною є класифікація народних ігор і розваг В.І. Семеренського та П.Г. Черемського. Вона розділена за такими ознаками: 1) вікова категорія; 2) характер організації фізичної діяльності; 3) предметно-жанрові ознаки; 4) час і місцем проведення; 5) зміст; 6) форма фізичного та естетичного виховання; 7) основний вид діяльності; 8) переважаючий прояв фізичних якостей [214].

За словами М.Г. Стельмаховича, народна педагогіка виділяє дві групи ігор: 1) ігри, які виникають самі по собі; 2) ігри, які спеціально вигадані для розваг [254, с. 68].

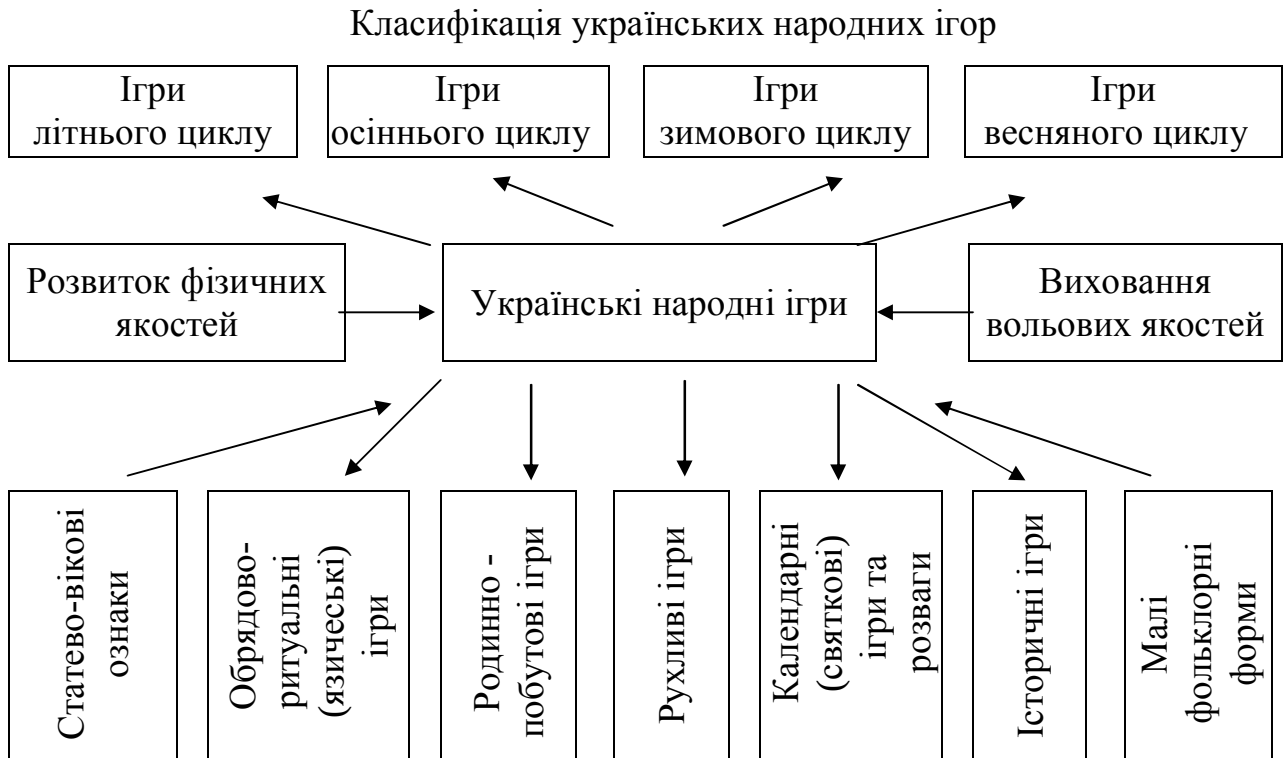
Згідно класифікації Г.В. Довженок, яку описує Н.П. Сивачук, існують: 1) ігри, де організуючим началом ігрової дії виступає пісня, яка наскрізно зумовлює її; 2) ігри, де таким началом є діалог, який у поєднанні з рухами сприяє створенню розвинутої драматичної дії; 3) ігри, де невеликий діалог, приспівка чи примовка, відносно слабо пов'язані з самою дією, роль якої у таких випадках значно важливіша за роль слова [186, с. 175].

С.Б. Мудрик [249] серед національних рухливих ігор вирізняє ігри: звичаєвого, обрядового, святкового і змагального характеру.

Класифікацію українських народних ігор знаходимо й у працях Є. Приступи та О. Біка [261], де усі ігри поділено на дві групи: сюжетні та за правилами (Додаток Б.7).

Зважаючи на вище наведені класифікації народних ігор, здійснивши їх аналіз, розроблена авторська класифікація українських народних ігор, яка подана у таблиці 1.2.

Таблиця 1.2.



На основі теоретичних досліджень виховання наполегливості школярів, походження і розвиток позакласної ігрової діяльності та класифікації рухливих й українських народних ігор нами було опубліковано статті [262 – 266], у яких висвітлено стисло роботи дослідників, педагогів, психологів, які досліджували вищевикладені напрямки.

Невирішеними залишаються напрями перспективних досліджень, серед яких: виховання наполегливості школярів у сім'ї засобами рухливих ігор; вплив засобів комунікацій на виховання наполегливості підлітків після закінчення школи; виховне значення рухливих та українських народних ігор для сучасної молоді і т.д.

Висновки до першого розділу

Аналіз психолого-педагогічної літератури дає підстави зробити висновки, що наполегливість – це одна з головних якостей волі. Не можна ототожнювати наполегливість і впертість, останнє є негативною рисою, яка проявляється у прагненні досягнути бажаної мети, не зважаючи на негативні передбачувані наслідки, у переконанні оточуючих відмовитися від рішення, наводячи розумні докази поразки. Наполегливість виявляється тоді, коли на шляху до досягнення мети виникають нові та непередбачувані труднощі, які потребують від особистості мобілізації фізичних та розумових сил на кінцевий позитивний результат. Наполегливість у дітей потрібно виховувати раннього дитинства, добираючи посильні для кожної вікової категорії завдання.

Виховання наполегливості у молодших школярів – це цілеспрямований процес, який передбачає формування здатності невідступно добиватися своєї мети, докладати чималих зусиль у боротьбі з труднощами, які виникають на шляху до отримання бажаних результатів.

Рухливі ігри – один з видів ігрової діяльності дошкільного та молодшого шкільного віку. Оскільки через діяльність виховується і розвивається особистість, то рухливі ігри є важливим засобом фізичного виховання, а також формування таких вольових якостей особистості, як наполегливість, цілеспрямованість, рішучість тощо.

На підставі вище описаного можна стверджувати, що позакласна ігрова діяльність – різновид активної діяльності дітей, під час якої вони взаємодіють із навколишнім світом через залучення зорових, дотикових, нюхових аналізаторів та мови. Ігрова діяльність виступає узагальнюючим поняттям до поняття *гра*, яка є видом діяльності, історично сформованим соціальним явищем, зумовленим позитивним процесом пізнання та задоволення.

Усе до чого доторкалися руки дітей мало застосування в іграх із певною назвою, яка змінювалася відповідно до інших умов гри або у новій грі.

Процес пізнання і розкриття через гру потаємних сторін дитячої душі переконує, що дитина є досконало невивченою таємничою істотою, яку ми сприймаємо поверхнево. Це світле вікно знань, уявлень, допитливості, через яке може увійти тільки дорослий, щоб потоваришувати, стати порадиником.

Рухливі та українські народні ігри сприяють удосконаленню мовлення дітей, формуванню фізичних та вихованню вольових якостей, задовольняють біологічну потребу дошкільників і молодших школярів.

Класифікацію рухливих ігор здійснили за такими ознаками 1) інтенсивність (низька, середня, велика), 2) вікова категорія (молодші школярі), 3) стать (хлопчики та дівчатка), 4) переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, рішучість, наполегливість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність тощо, які формуються у грі), 5) малі фольклорні форми (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки тощо), 6) час і місце проведення.

Рухливі ігри поділені на 15 груп: 1) ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей (швидкість, витривалість, гнучкість, сила, спритність, швидко-силова якість); 2) ігри з елементами стройових вправ; 3) ігри з елементами загальнорозвивальних вправ; 4) ігри з елементами прикладних вправ; 5) ігри з елементами рівноваги; 6) ігри з елементами акробатики; 7) ігри з елементами боротьби; 8) ігри з елементами танцю; 9) ігри з елементами футболу; 10) ігри з ходьбою; 11) ігри з бігом; 12) ігри зі стрибками; 13) ігри з метанням; 14) ігри на воді; 15) ігри на лижах.

Українські народні ігри поділені на 13 груп: 1) літнього циклу; 2) осіннього циклу; 3) зимового циклу; 4) весняного циклу; 5) розвиток фізичних якостей; 6) виховання вольових якостей; 7) статево-вікові ознаки; 8) обрядово-ритуальні ігри; 9) родинно-побутові ігри; 10) рухливі ігри; 11) історичні ігри; 12) календарні ігри та розваги; 13) малі фольклорні форми.

РОЗДІЛ 2

ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПОЗАКЛАСНІЙ ІГРОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1 Організація та методика проведення експериментальної роботи

Дослідно-експериментальна перевірка ефективності виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності проводилося у декілька етапів: вивчався стан проблеми у науково-методичній літературі і в практиці роботи загальноосвітніх шкіл, розроблялася методика дослідження, проводився констатувальний експеримент; організовувався формувальний експеримент, метою якого була перевірка ефективності змісту, форм і методів виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності; аналізувалися та узагальнювалися результати експериментальної роботи, упорядковувалися та готувалися до друку рукописи дисертації та автореферату.

Характер дослідження зумовив необхідність комплексного використання різних методів, а саме: вивчення державних документів щодо перспектив фізичного виховання у школі, навчальних програм і нормативних документів з фізичного виховання; аналіз філософської, фізіологічної, психолого-педагогічної та методичної літератури з проблеми дослідження; вивчення та узагальнення передового педагогічного досвіду вчителів з проблем виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності; спостереження за педагогічним процесом (на уроках фізичної культури і в позаурочний час під час проведення рухливих ігор); вивчення та узагальнення досвіду роботи загальноосвітніх шкіл взагалі і вчителів з фізичної культури; зокрема: ознайомлення з особливостями планування навчально-виховної роботи в школі; бесіди та анкетування з учнями, батьками, учителями; педагогічний експеримент.

У сучасних загальноосвітніх школах щоденно вчителі початкових класів проводять позакласну роботу з учнями молодшого шкільного віку. Вона складається з того, що під керівництвом педагогів учні безкоштовно харчуються у шкільних їдальнях; виконують домашні завдання; школярі самостійно організовують індивідуальні або групові ігри, які не мають навчальної, виховної спрямованості та кінцевого повчального результату. Тобто, ні самими дітьми, ні під керівництвом педагогів не ставиться мета перед молодшими школярами в іграх: наполегливо, правильно та швидко виконувати всі дії, які матимуть результат – чесна перемога. Тому, потрібно систематично педагогами виховувати наполегливість у молодших школярів під час позакласної ігрової діяльності. Для цього буде розроблена педагогічна модель виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності, яка матиме складові: мету, принципи, засоби, методи, форми, педагогічні умови та результат. На основі розробленої педагогічної моделі опишемо технологію виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності. Вона передбачатиме три етапи: підготовчий, основний та заключний, які взаємопов'язані між собою.

Процес виховання наполегливості у молодших школярів засобами ігрової діяльності розглядається нами як результат щоденних 15-20 хвилинних проведеннь рухливих ігор з учнями 1-4 класів. Характеризується він такими структурними компонентами: когнітивний, емоційний, мотиваційний та діяльнісний (за Є.В. Столітенком) [267]. Когнітивний компонент проявлявся у знаннях учнів про рухливі ігри у позакласній діяльності; емоційний – пов'язаний з емоційними переживаннями дітей, які виникають під час організації та проведення ігор; мотиваційний – відображає ставлення школярів до рухливих ігор та їх потребу у фізичному удосконаленні; діяльнісний – визначає активність і звання молодших школярів до позакласної ігрової діяльності.

Сформованість цих компонентів в учнів 1-4 класів перевірялася за показниками когнітивного, емоційного, мотиваційного та діяльнісного

критеріїв, на основі яких розроблялися показники виховання наполегливості (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Критерії та показники виховання наполегливості молодших школярів
у позакласній ігровій діяльності

Критерії	Показники
Когнітивний	Повнота знань Системність знань Міцність знань
Емоційний	Модальність емоцій Стійкість емоцій Вибірковість емоцій
Мотиваційний	Широта мотивації Сила мотивації Стійкість мотивації
Діяльнісний	Активність під час позакласної ігрової діяльності Стабільність під час позакласної ігрової діяльності Фізична підготовленість

Показниками *когнітивного критерію* є повнота, системність і міцність знань молодших школярів про зміст ігор, порядок їх проведення (додаток Е. 1).

Повнота знань перевірялася за письмовими відповідями учнів.

Системність знань учнів оцінювалися за 12-бальною шкалою шляхом порівняння оцінок за знання загального характеру (1-11 запитання) та методичні знання (12 - 15 запитання).

Міцність знань з'ясовувалася за результатами усного опитування учнів, яке проводилося через місяць після письмового опитування.

Показниками *емоційного критерію* є модальність, стійкість та вибірковість емоцій школярів, які визначалися за письмовим опитуванням на запитання (додаток Е. 1).

Модальність емоцій передбачає виявлення позитивних або негативних емоцій, якими дитина керується у процесі позакласної ігрової діяльності. Для цього пропонується вибір п'яти емоцій (позитивні емоції: радість; задоволення; гордість; гідність; впевненість; подив; співпереживання; негативні емоції: нудьга; досада; невпевненість; незадоволеність; занепокоєння; образа; приниження; страх). Оцінювання проводиться за такою схемою: вибрано 5 позитивних емоцій – “високий” рівень навчальних досягнень; 4 позитивні і 1 негативну – “достатній”; 3 позитивні і 2 негативні або 2 позитивні і 3 негативні – “середній”; 1 позитивну і 4 негативні – “початковий”.

Стійкість емоцій зумовлена зміною емоційного настрою школяра під час рухливих ігор залежно від ситуації та оточення. Оцінювання емоційної стійкості здійснювалося за такими показниками: ніколи не змінюється – “високий” рівень навчальних досягнень; іноді змінюється – “достатній”; часто – “середній”; завжди – “початковий”.

Вибірковість емоцій визначається тим, чим найчастіше викликані позитивні емоції у молодшого школяра під час рухливих ігор. Учневі пропонується дати відповідь на запитання, чому він бере участь в іграх, і вибрати п'ять можливих відповідей серед запропонованих: можливість самому пограти; шанс позмагатися з товаришами і перемогти; цікаве проведення рухливої гри; похвала вчителя та однолітків; позитивна оцінка за перемогу; можливість не думати під час гри; перспектива отримати позитивну оцінку (похвалу), не докладаючи особливих зусиль; щоб не готувати складні домашні завдання; легкість гри; відсутність нових складних елементів під час гри; можливість не дотримуватися дисципліни під час рухливих ігор. Оцінювання проводилося за такою схемою: вибрано 5 позитивних варіантів – “високий” рівень навчальних досягнень; 4 позитивні і

1 негативний – “достатній”; 3 позитивні і 2 негативні або 2 позитивні і 3 негативні – “середній”; 1 позитивний і 4 негативні – “початковий”.

Показниками *мотиваційного критерію* є широта, сила та стійкість мотивації молодших школярів (додаток Е. 1).

Для визначення *широти мотивації* важливим було з'ясувати, що спонукає молодших школярів до рухливих ігор: бажання засвоювати нові знання, рухи; інтерес до змісту самої гри; бажання зміцнити здоров'я, розвинути свої фізичні якості та здібності; бажання бути серед кращих учнів та отримувати позитивні оцінки (заохочення); бажання уникнути неприємностей від учителя та батьків. Схема оцінювання широти мотивації така: вибрано 4 позитивні мотиви – “високий” рівень навчальних досягнень; 3 – “достатній”; 2 – “середній”; 1 мотив (позитивний чи негативний) або не вибрано жодного – “початковий”.

Сила мотивації зумовлена інтересом учня до гри. Якщо він виявляє великий інтерес і відчуває потребу у фізичному вдосконаленні, то рівень навчальних досягнень “високий”; помірний інтерес – “достатній” рівень; слабкий – “середній”; не виявляє інтересу – “початковий”.

Стійкість мотивації залежить від того, чи зникає у школяра інтерес до рухливих ігор залежно від несприятливої ситуації та оточення. Оцінювання проводилося так: ніколи не зникає – “високий” рівень навчальних досягнень; іноді – “достатній”; часто – “середній”; завжди – “початковий”.

Показниками *діяльнісного критерію* є активність і стабільність під час позакласної ігрової діяльності та фізична підготовленість школярів.

Активність учня виявлялася шляхом вибору ознак, що характеризують дії дитини: багато рухається, при потребі, під час рухливих ігор; активно засвоює нові рухи; вміє планувати і проводити самостійно різні рухливі ігри; вміє розвивати свої фізичні якості. Якщо: вибрано 4 характеристики, то рівень навчальних досягнень “високий”; 3 – “достатній”; 2 – “середній”; 1 – “початковий” (додаток Е. 1).

Стабільність школяра визначається за такими характеристиками: постійно виконує домашні завдання з фізичної культури; постійно бере участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, які проводяться у школі; займається у фізкультурному гуртку (спортивній секції); систематично самостійно виконує фізичні вправи. 4 характеристики свідчать про “високий” рівень навчальних досягнень; 3 – “достатній”; 2 – “середній”; 1 – “початковий” (додаток Е. 1).

Фізична підготовленість учнів оцінювалася за результатами виконання ними шести тестових вправ, передбачених навчальною програмою з фізичної культури [181]. Шкала оцінювання результатів випробовувань фізичної підготовленості учнів складалася з суми балів, отриманих за тестові вправи (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Шкала оцінювання результатів випробовувань
фізичної підготовленості

Рівні навчальних досягнень	Початковий	Середній	Достатній	Високий
Бали	1-3	4-6	7-9	10-12

Результати проведених обстежень заносилися до листів оцінювання показників виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності (табл. 2.3), що дозволяло проаналізувати та порівняти показники вихованості згідно 4-х критеріїв.

Другим завданням нашого дослідження: з’ясувати ставлення учнів до проведення рухливих ігор у процесі позакласної діяльності. У зв’язку з цим виділяємо чотири групи дітей: перша – з негативним ставленням до рухливих ігор у позакласній діяльності; друга – з ситуативним; третя – з пасивно-позитивним; четверта – з позитивним дійовим ставленням (за Є.В. Столітенком [267]).

Лист оцінювання показників вихованості наполегливості молодших школярів
у позакласній ігровій діяльності

№ п/п	Прізвище та ім'я учнів	Модальність емоцій	Стійкість емоцій	Вибірковість емоцій	Широта мотивації	Сила мотивації	Стійкість мотивації	Повнота знань	Системність знань	Міцність знань	Активність під час позакласної ігрової діяльності	Стабільність під час позакласної ігрової діяльності	Фізична підготовленість
Школа Клас Учитель фізичної культури													

Кожна з цих груп характеризується специфікою проявів вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.

Учні з *негативним ставленням* до рухливих ігор у позакласній діяльності керуються емоціями страху, що пояснюється тривалим неуспіхом, приниженням, образами, занепокоєнням, незадоволенням, невпевненістю у собі. Вони не виявляють інтересу до ігор, їх супроводжує переважно стійкий негативний емоційний настрій, позитивні емоційні переживання, якщо такі з'являються, зникають за несприятливих ситуацій. Прояв позитивних емоцій можливий за умов: небажання дотримуватися дисципліни під час рухливих ігор та готувати складні домашні завдання. У дітей переважав мотив уникнення неприємностей від учителя та батьків за погане навчання або взагалі відсутній мотив. Вони відрізнялися вкрай низьким рівнем знань з фізичної культури, пасивністю під час рухливих ігор, невмінням самостійно планувати й проводити їх. Такі учні не беруть участі в фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, навіть як глядачі, не відвідують гуртків і спортивних секцій, тому майже всі тестові нормативи з фізичної підготовленості складають на “початковий рівень навчальних досягнень”.

Школярі з *ситуативним ставленням* до рухливих ігор у позакласній діяльності характеризуються нестійкими емоціями подиву, радості від новизни і розважального характеру навчального матеріалу, від можливості позмагатися з товаришами і перемогти, цікаво провести час після уроків, також і від перспективи не думати під час виконання ігрових елементів, не докладати зусиль для отримання похвали, не дотримуватися дисципліни під час рухливих ігор. У них спостерігаються нестійкі мотиви до рухливої ігрової діяльності: зацікавленість лише самим процесом гри; бажання бути серед кращих учнів, одержувати позитивні емоції. У той же час вони виявляють в іграх найчастіше слабкий або помірний інтерес, неповні та безсистемні знання, які проте добре запам'ятовують і відтворюють; проявляють активність епізодично; не вміють самостійно планувати й проводити ігри та розвивати свої фізичні якості; періодично виконують домашні завдання з фізичної культури і беруть участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, але без власної ініціативи. Такі школярі в основному займаються у фізкультурних гуртках або спортивних секціях, але несистематично, їхній рівень фізичної підготовленості, як правило, відповідає “середньому”.

У школярів з *пасивно-позитивним ставленням* до рухливих ігор у позакласній діяльності переважають стійкі емоції впевненості, радості, задоволення, іноді – тимчасової невпевненості, незадоволення від необхідності виконання завдань нової складності. Позитивні емоційні переживання у таких дітей викликані найчастіше улюбленою грою, похвалою вчителя та однолітків, іноді – легкістю гри, можливістю не докладати надмірних зусиль для перемоги. У них вироблені стійкі мотиви до ігор: зацікавленість виконанням техніки та завдань, бажання бути серед кращих учнів та одержувати позитивні емоції, засвоювати нові знання, рухи тощо. Школярі виявляють помірний і сильний інтерес до ігор, вирізняються вищим від середнього рівнем знань з фізичної культури, їх системністю та міцністю. Вони активні під час рухливих ігор, намагаються самі планувати й проводити ігри, розвивати свої фізичні якості, але за відсутності контролю і

спонукальної діяльності зі сторони вчителя легко переключаються на іншу улюблену гру. Молодші школярі цієї категорії постійно виконують домашні завдання з фізичної культури, часто беруть участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, але при постійному стимулюванні їхньої діяльності вчителем. Відвідують фізкультурні гуртки (спортивні секції) та проводять самостійні заняття несистематично. Тестові нормативи з фізичної підготовленості складають на “достатній рівень навчальних досягнень”.

Для учнів з *позитивним дійовим ставленням* до рухливих ігор у позакласній діяльності характерні стійкі емоції радості, задоволення, впевненості, гордості, гідності, співпереживання один за одного, викликані переживанням здатності самостійно грати в колективні рухливі ігри, можливості позмагатися з товаришами і перемогти, похвалою вчителя та однолітків. У них спостерігаються стійкі мотиви до ігор: зацікавленість самим виконанням завдань; бажання бути серед кращих учнів та отримувати позитивні емоції; засвоювати нові знання, рухи; зміцнити здоров'я, розвивати свої фізичні, вольові якості та здібності. Займають найчастіше з великим інтересом і відчуттям потреби у фізичному вдосконаленні. Вони мають достатньо повні, системні та міцні знання з фізичної культури; проявляють активність як на уроках, так і в позакласній роботі, уміють самостійно організовувати і проводити рухливі ігри. Учні молодшого шкільного віку цієї категорії вирізняються високою результативністю та стабільністю у виконанні домашніх завдань з фізичної культури, відвідуванні фізкультурних гуртків, спортивних секцій, постійно беруть участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, мають “високий рівень навчальних досягнень”.

Початкові та кінцеві результати обстежень щодо ставлення молодших школярів до рухливих ігор у процесі позакласної ігрової діяльності представлені у таблиці 2.20.

На наступному етапі дослідження учням було запропоновано заповнити таблицю (поставити знак “+” навпроти одного з показників втоми) (на основі

досліджень Г.В. Воробей) [255]. після проведеної гри у позакласній діяльності (табл. 2.22). Наше завдання полягає у визначенні загальної кількості учнів експериментальних і контрольних класів (у відсотках), які віддавали перевагу одному з критеріїв: *втоми немає* – високий рівень (3 бали); *незначна втома* – достатній (2 бали); *дуже втомлений* – низький (1 бал).

Для вивчення міри впливу різних рухливих ігор на емоційний стан молодших школярів у процесі позакласної діяльності було використано методику Л.Н. Собчик, яка базується на дослідженнях М. Люшера, що розкриває зв'язок кольору з емоційним станом людини та Г.В. Воробей [255; 268]. Експеримент проводився до гри та після неї. Кожний учень заносив результати у свою таблицю. Згодом усі таблиці підлягали обробці (табл. 2.23).

Учням експериментальних і контрольних класів було запропоновано тест на вияв елементарних форм швидкості та наполегливості – ставлення крапок на листку у клітинку три рази по десять секунд. Перерва для відпочинку становила також десять секунд (табл. 2.24). Кожному молодшому школяреві було роздано листок із таблицею, де учень повинен був написати на зворотному боці паперу ППП; за сигналом учителя поставити риси на аркуші у клітинку (формат А-4) за десять секунд з перервою для відпочинку у десять секунд. Під час відпочинку діти повинні розслабити руку, зробити вправи на дихання тощо. Завдання виконується тричі за сигналом дорослого. Потім учні міняються листочками, підраховують і записують дані у відповідні графи таблиці (див. табл. 2.4).

З метою з'ясування рівня загальної обізнаності молодших школярів про здоров'я було організоване анкетування серед учнів експериментальних і контрольних класів (додаток Е. 2).

Під час проведення рухливих ігор велося спостереження за грою, групою дітей, кожною дитиною, а результати заносилися у відповідну схему, розроблену Л.В. Билеєвою і І.М. Коротковим [199-201] та удосконалену нами (додаток Ж).

Індивідуальні результати показників тесту прояву елементарних форм
швидкості та наполегливості молодшого школяра
експериментальних і контрольних класів

ППП учня	Результат 1 поля					Результат 2 поля					Результат 3 поля					Загальна сума рисок
	кількість					кількість					кількість					

Ефективність виховання наполегливості молодших школярів багато в чому залежить від їхньої участі у роботі спортивних секцій і тренувальних груп фізичної підготовки, які сприяють самореалізації учнів у самостійних діях та самовихованню вольових якостей через систематичні індивідуальні і групові заняття. Про це свідчать досягнення дітей у спортивних заходах та змаганнях у школі; результати складання комплексних тестів; виконання певних елементів різних видів спорту, які визначають матеріал навчальної програми тощо. Спортивні заходи, змагання проводилися у кінці кожного навчального року за участю батьків учнів і вчителів, студентів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, під загальним керівництвом директорів шкіл. Усі дані заносилися у “Щоденник зміцнення здоров’я”, розроблений на основі досліджень О.Д. Дубогай, В.С. Язловецького та ін. [269-272]. Запропоновані таблиці містять фактори та показники, які визначають діагноз молодшого школяра, відповідні рекомендації лікаря школи та вчителя з основ здоров’я і фізичної культури; рівень розвитку фізичної культури учня; інтереси дітей у позаурочний час; фізичний розвиток і функціональний стан організму та його зміна в динаміці;

індивідуальні результати виконання Державних тестів і нормативів оцінки з фізичної підготовленості молодшого школяра (швидкість: біг на 30 м.; витривалість: біг від 200 до 1500 м (залежно від віку); гнучкість: нахил тулуба вперед із положення сидячи; сила: підтягування на високій та низькій перекладині (залежно від віку і статі); спритність: “човниковий” біг 4х9 метрів із перенесенням предмету; швидко-силова якість: стрибок у довжину з місця; індекс фізичного розвитку; пропорційність та гармонійність тілобудови, що сприяють вихованості наполегливості молодших школярів у навчально – виховному процесі з фізичного виховання у загальноосвітній школі; антропометричні вимірювання [172; 173; 181; 273-275].

З метою підвищення ефективності самостійних занять вдома та покращення контролю за ними систематично проводилася робота з батьками школярів, спрямована на виховання у батьків ціннісних уявлень про фізичну культуру і спорт; надання їм необхідних знань про мету і завдання фізичного виховання дітей у сім'ї, про форми організації занять фізичною культурою за місцем проживання учнів. Така робота передбачала проведення анкетування, бесід та індивідуальних консультацій; використання батьківської допомоги у роботі спортивних секцій та груп фізичної підготовки; залучення батьків до проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів та змагань; проведення лекцій з проблем фізичного виховання учнів та батьківських зборів з обміну досвідом фізичного виховання дітей у сім'ї. Усе це сприяло встановленню тісного взаємозв'язку у роботі школи і сім'ї, визначенню єдиних вимог до молодших школярів, координуванню зусиль школи і сім'ї у фізичному вихованні учнів, адже більшість батьків мріють виростити здорових і геніальних дітей. У зв'язку з цим дослідник Едісон зазначав, що геній – це на 1 % натхнення і на 99 % потіння. “Геніальних людей створює лише виховання волі, – писав Жюдь Пейо, – бо всі якості вищого порядку звичайно приписані розуму, у дійсності мають своїм джерелом енергію і наполегливість волі” [80, с. 121]. Пропонуємо поради, як виховати геніальну дитину (додаток 3.1).

Продовжуючи практично досліджувати у педагогічному експерименті діагностування рівнів вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності на етапі формувального експерименту передбачало перевірку ефективності педагогічних умов.

У таблицях (2.5, 2.6, 2.7, 2.8, 2.9, 2.10, 2.11, 2.12, 2.13, 2.14) подані початкові результати досліджень молодших школярів експериментальних і контрольних класів за такими показниками:

1. Рівні вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності.
2. Ставлення молодших школярів до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності.
3. Групи індексу фізичного розвитку (ІФР).
4. Рівні втоми учнів 1-4 класів у процесі позакласної ігрової діяльності.
5. Вплив рухливої гри на емоційний стан молодших школярів у процесі позакласної діяльності.
6. Показники тесту прояву елементарних форм швидкості та наполегливості;
7. Показники кистьової динамометрії.
8. Показники рівнів розвитку факторів з основ здоров'я і фізичної культури (за 12 бальною системою оцінювання).
9. Показники обстеження фізичного розвитку молодших школярів.
10. Результати перевірки державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів.
11. Показники обстеження функціонального стану організму і змін його в динаміці.

До експерименту були залучені молодші школярі ЗОШ I-III ступенів № 4 імені М.М. Коцюбинського (експериментальні класи) ЗОШ I-III ступенів № 1, 5, 8, 9, 10, 11, 14 міста Умані (контрольні класи).

Проаналізуємо результати вихованості наполегливості молодших школярів експериментальних і контрольних класів у процесі позакласної

ігрової діяльності, подані у табл. 2.5 та рис. 2.1.

Таблиця 2.5

Результати початкових обстежень показників виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності (%)

Показники	Експериментальні класи				Контрольні класи			
	Рівні навчальних досягнень							
	1	2	3	4	1	2	3	4
Повнота знань	35	24	17	24	34	27	20	19
Системність знань	18	10	47	25	20	5	58	17
Міцність знань	22	15	36	27	18	18	40	24
Модальність емоцій	20	18	47	15	22	19	44	15
Стійкість емоцій	15	37	41	7	10	27	35	28
Вибірковість емоцій	16	24	48	12	12	27	44	17
Широта мотивації	12	12	48	28	8	20	56	16
Сила мотивації	26	6	44	24	23	10	39	28
Стійкість мотивації	7	25	39	29	12	17	28	43
Активність школярів	14	8	65	13	8	22	47	23
Стабільність	4	10	58	28	0	4	60	36
Фізична підготовленість	0	0	64	36	0	0	72	28

- когнітивний критерій (повнота, системність, міцність знань): на початковому рівні навчальних досягнень кращі результати були в учнів контрольних класів (72 %), в учнів експериментальних класів – 75 %. Найгірші результати в ЕК (35 %) та КК (34 %) з повноти знань школярів про рухливі ігри. Найбільший показник високого рівня навчальних досягнень в ЕК з міцності знань – 27 %, а в КК відповідно – 24 %. Високий рівень навчальних досягнень показали молодші школярі експериментальних класів – 76 %, а контрольні класи – 60 %;

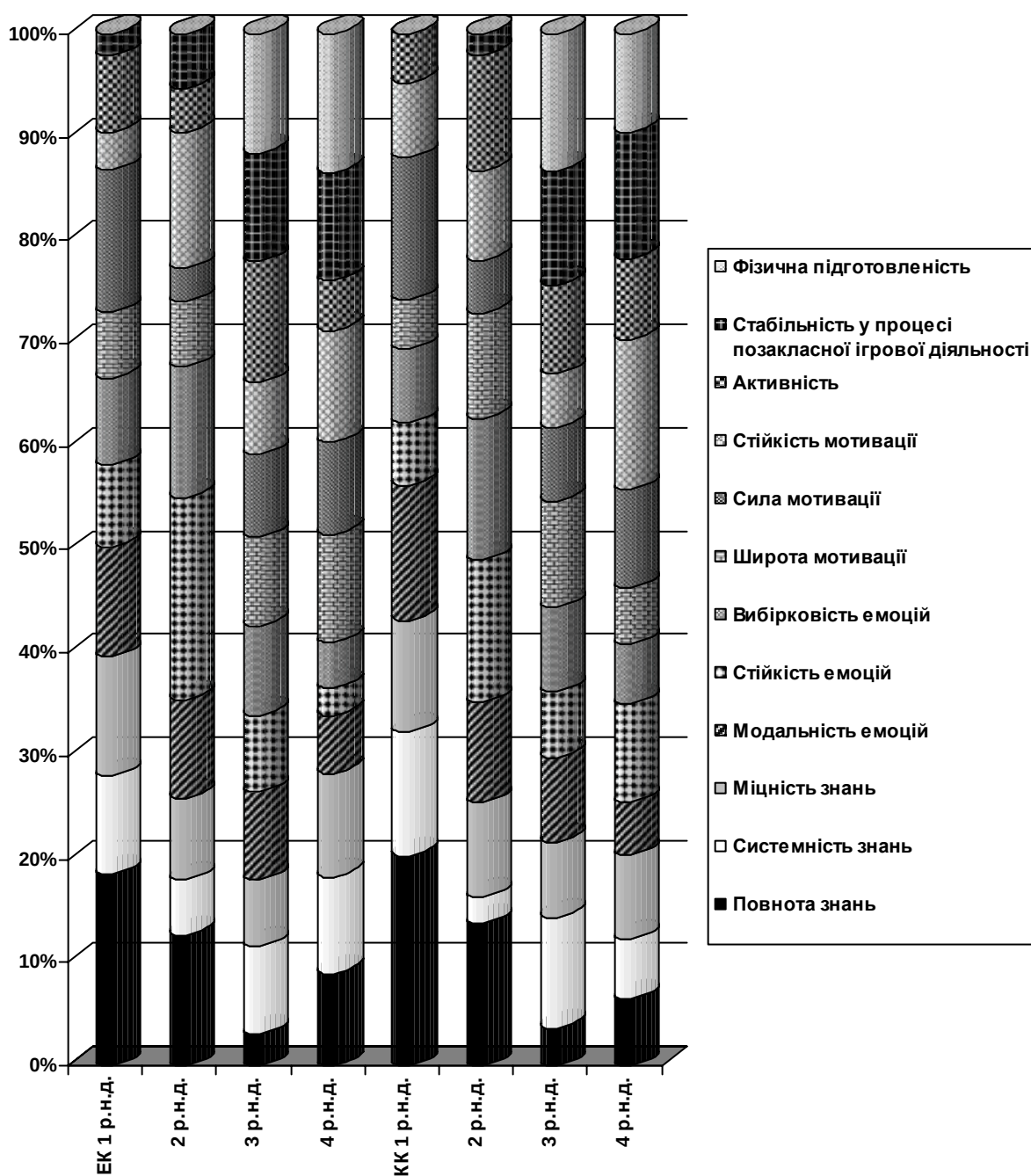


Рис. 2.1. Початкові обстеження показників виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності в експериментальних і контрольних класах (у %)

- емоційний критерій (модальність, стійкість, вибірковість емоцій): на початковому рівні навчальних досягнень кращі результати були в учнів КК –

44 %, а ЕК – 51 %. Низькі показники з модальності емоцій КК – 22 %, ЕК – 20 %). Найбільший показник високого рівня навчальних досягнень у КК зі стійкості емоцій – 28 %, а в ЕК з модальності емоцій – 15 %. Високий рівень навчальних досягнень у молодших школярів КК – 60 %, тоді як в ЕК тільки 34 % (майже у два рази менше);

- мотиваційний критерій (широта, сила, стійкість мотивацій): на початковому рівні навчальних досягнень кращі результати в учнів КК – 43 %, а в ЕК – 45 %. Найгірші результати учні показали ЕК з сили мотивацій (ЕК – 26 %, КК – 23 %). Найбільший показник високого рівня навчальних досягнень зі стійкості мотивацій у КК (КК – 43 %, ЕК – 29 %). Високий рівень навчальних досягнень виявили молодші школярі КК – 87 %, а ЕК – 81 %;

- діяльнісний критерій (активність та стабільність під час позакласної ігрової діяльності, фізична підготовленість): на початковому рівні навчальних досягнень кращі результати були в учнів КК – 8 %, а ЕК – 18 % (у 2,5 рази гірші). Погані результати з активності учнів під час позакласної ігрової діяльності (ЕК – 14 %, КК – 8 %).

Однакові показники високого рівня навчальних досягнень в ЕК з фізичної підготовленості – 36 % і в КК зі стабільності під час позакласної ігрової діяльності – 36 %. Високий рівень навчальних досягнень у молодших школярів КК – 87 %, а ЕК – 77 % (на 10 % менше).

Вивчення ставлення молодших школярів до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності показав, що серед учнів з негативним ставленням до рухливих ігор у позакласній роботі 15 % школярів ЕК; з ситуативним ставленням – 36 % школярів ЕК; з пасивно-позитивним ставленням – 50 % учнів КК; з позитивним дійовим ставленням – 4 % учнів ЕК (табл. 2.6 та рис. 2.2).

Наступним завданням було виявлення молодших школярів за групами індексу фізичного розвитку (ІФР). Дітей з КК у 5 групі майже у 2,5 рази більше (69,2 %), ніж в ЕК цієї ж групи – 23 % (табл. 2.6 та рис. 2.3); у 4 групі ЕК учнів у 2 рази більше, ніж КК – 26,4 %. Дуже добре, що жодна дитина ЕК і КК не попала до 1 групи.

Ставлення молодших школярів до рухливих ігор
у процесі позакласної діяльності (у %)

Ставлення до рухливих ігор	Експериментальні класи					Контрольні класи				
	Групи ІФР									
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
	0	4	23	50	23	0	4,4	0	26,4	69,2
	Початкові результати					Початкові результати				
Негативне	15					12				
Ситуативне	36					35				
Пасивно-позитивне	45					50				
Позитивне дійове	4					3				

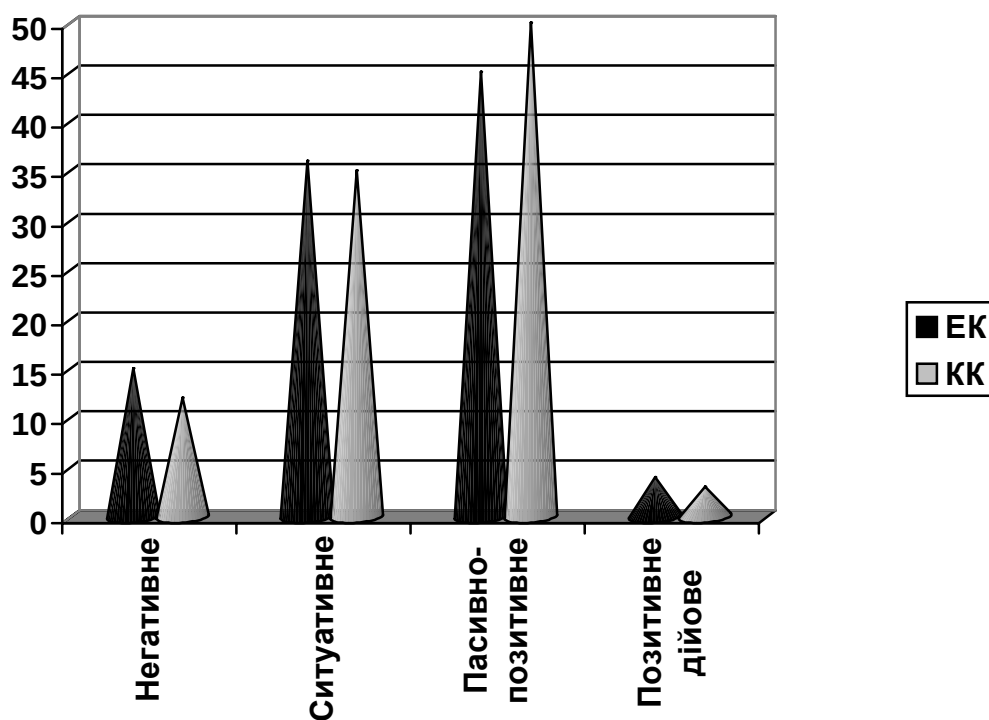


Рис. 2.2. Початкові дані щодо ставлення молодших школярів до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності (у %)

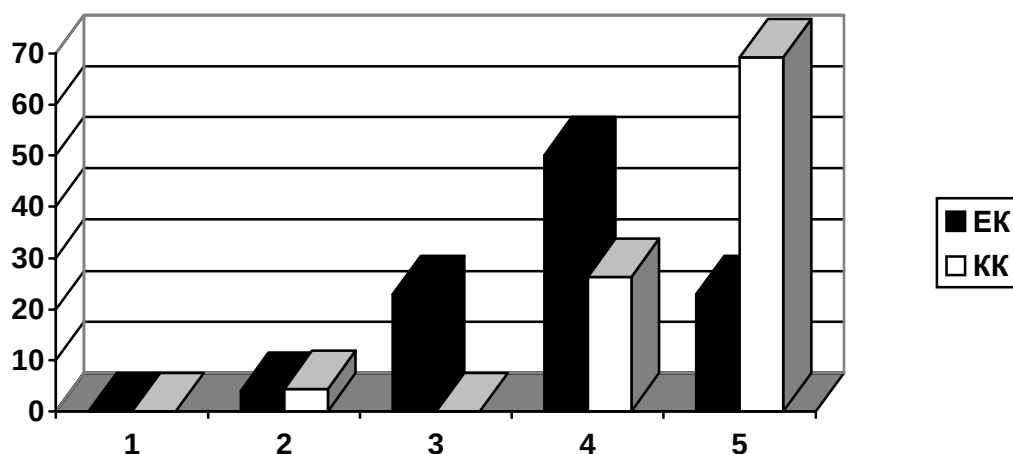


Рис. 2.3. Початкові дані індекса фізичного розвитку учнів EK і KK (у %)

Показники втоми молодших школярів у процесі позакласної діяльності відображено у табл. 2.7 (це завдання досліджувалося через заповнення молодшими школярами таблиці, у якій потрібно було поставити знак “+” навпроти одного з показників втоми після ігор).

Таблиця 2.7

Показники втоми молодших школярів
у процесі позакласної ігрової діяльності (у %)

Класи	Дні тижня														
	понеділок			вівторок			середа			четвер			п'ятниця		
	Показники втоми														
	Втоми немає	Незначна втома	Дуже втомлений	Втоми немає	Незначна втома	Дуже втомлений	Втоми немає	Незначна втома	Дуже втомлений	Втоми немає	Незначна втома	Дуже втомлений	Втоми немає	Незначна втома	Дуже втомлений
ЕК	15	48	37	15	45	40	9	43	48	8	35	57	5	32	63
КК	17	50	33	15	43	42	14	43	43	10	40	50	5	34	61

У таблиці зазначена загальна кількість учнів експериментальних і контрольних класів (у %), які надавали перевагу одному з критеріїв: *втоми*

немає – високий рівень (3 бали); *незначна втома* – достатній (2 бали); *дуже втомлений* – низький (1 бал).

Розбіжність між показниками в ЕК і КК зображено схематично на рис. 2.4: *втоми немає* – понеділок (-2), вівторок (0), середа (-5), четвер (-2), п'ятниця (0); *незначна втома* – понеділок (-2), вівторок (2), середа (0), четвер (-5), п'ятниця (2); *дуже втомлений* – понеділок (4), вівторок (-2), середа (5), четвер (7), п'ятниця (2).

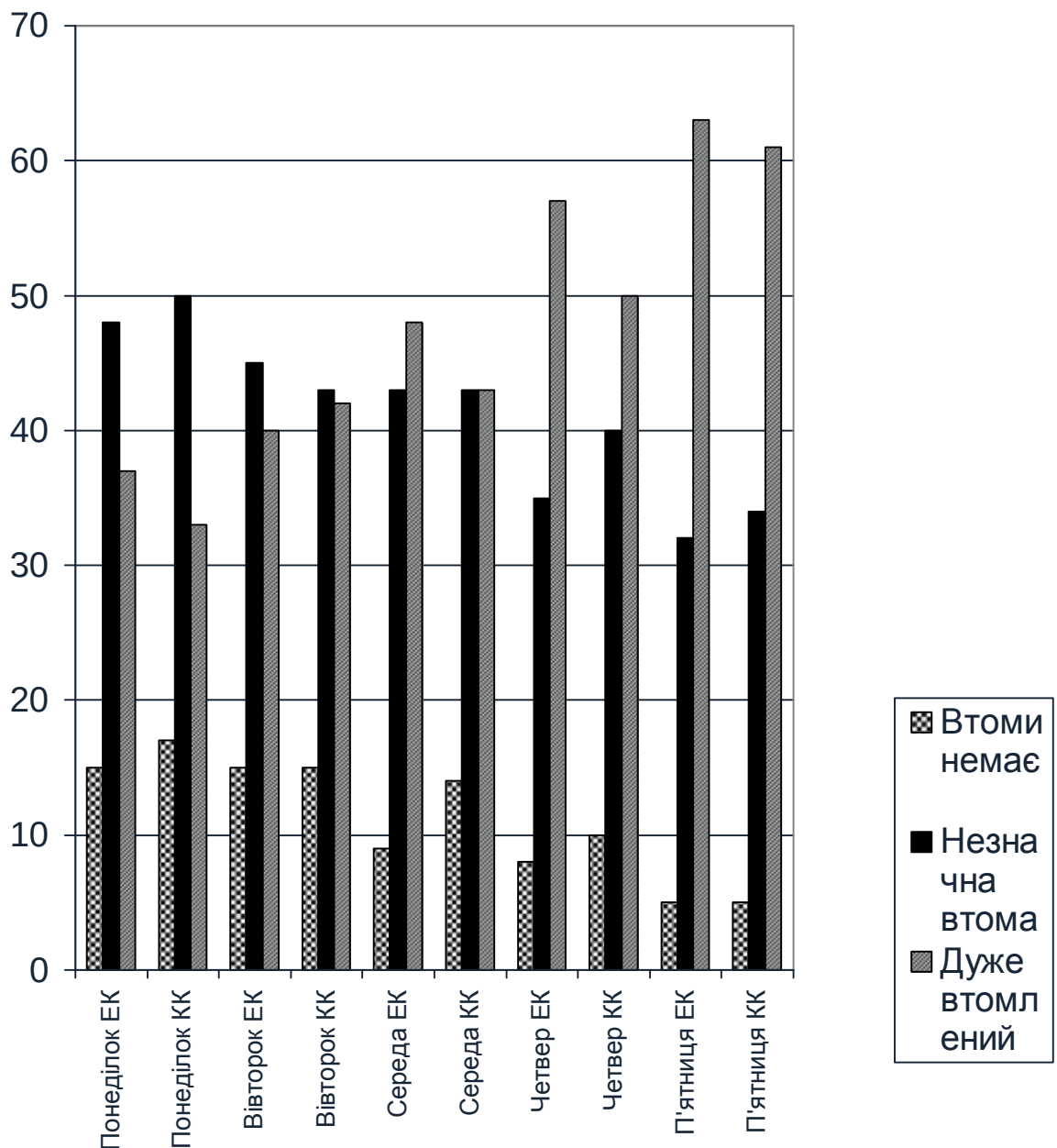


Рис. 2.4. Початкові обстеження втоми учнів експериментальних і контрольних класів (у %)

Початкові результати обстежень впливу рухливих ігор на емоційний стан молодших школярів в ЕК та КК подано у табл. 2.8, розбіжність у показниках емоційного стану учнів ЕК та КК відображено на рис. 2.5:

- *емоційний стан до гри*: червоний колір (-3 %); коричневий (0 %); жовтий (-3 %); чорний (0 %); зелений (2 %); синій (3 %); фіолетовий (1 %);
- *емоційний стан після гри*: червоний колір (-5 %); коричневий (-3 %); жовтий (-5 %); чорний (0 %); зелений (3 %); синій (0 %); фіолетовий (0 %).

Таблиця 2.8

Результати обстежень впливу рухливої гри на емоційний стан молодших школярів (у %)

Класи	Емоційний стан до гри							Емоційний стан після гри						
	Кольори													
	Червоний	Коричневий	Жовтий	Чорний	Зелений	Синій	Фіолетовий	Червоний	Коричневий	Жовтий	Чорний	Зелений	Синій	Фіолетовий
ЕК	15	25	5	5	37	8	5	20	32	5	5	33	0	5
КК	18	25	8	5	35	5	4	25	25	10	5	30	0	5

Примітка:

- *коричневий* – прагнення до психологічного та фізичного комфорту, теплий, бадьорий;
- *жовтий* – надії або чекання більшого, прагнення до нового, світлий, приємний;
- *чорний* – незалежний через протест, повна відмова, пригнічений, невдоволений;
- *зелений* – опірність, цілеспрямованість, наполегливість, критичний аналіз, логічна послідовність, спокійний;
- *синій* – довіра, самопожертвування, гнітючий, ранимість, прагнення уникнути невдач;

- *червоний колір* – прагнення до успіху, воля до перемоги, веселий;
- *фіолетовий* – прагнення хвалити інших, емоційна незрілість, нереальність бажань і безвідповідальність.

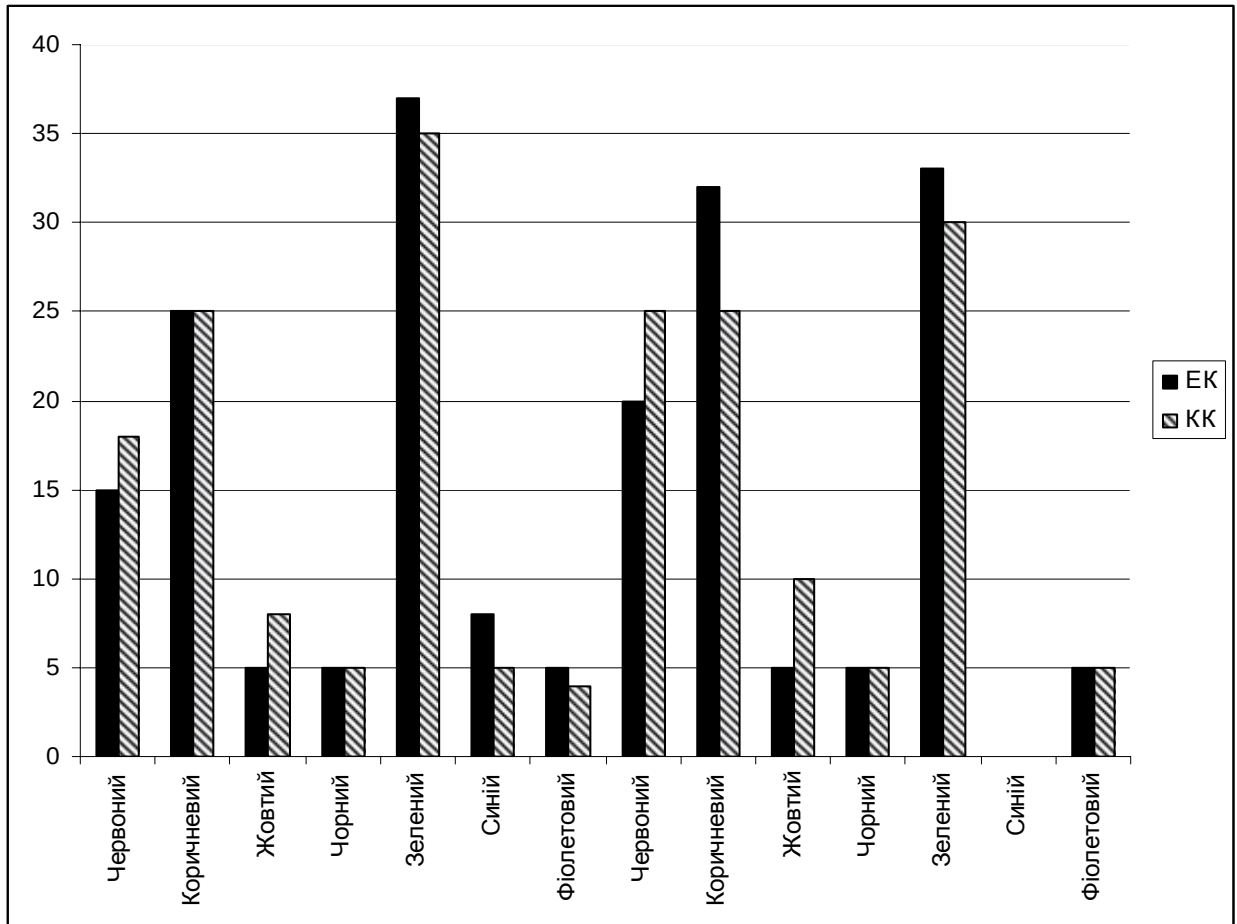


Рис. 2.5. Початкові результати емоційного стану
в учнів експериментальних і контрольних класів (у %)

Наступне завдання дослідження передбачало вияснити, наскільки у молодших школярів розвинена швидкість та наполегливість.

Запропонований тест у експериментальних і контрольних класах на прояв елементарних форм швидкості та наполегливості – ставлення крапок на аркуші у клітинку 3 x 10 секунд з перервою для відпочинку 10 секунд показав, що дітям подобається виконувати цікаві вправи, прагнучи при цьому й перемагати (див. табл. 2.9).

Результати початкових показників тесту прояву елементарних форм швидкості та наполегливості у молодших школярів ЕК і КК (р.)

Молодші школярі	Середній результат 1-го поля	Середній результат 2-го поля	Середній результат 3-го поля	Загальна кількість рисок
ЕК	30	35	37	57
КК	31	35	38	59

Як показано на рис. 2.6, початкові результати тесту на прояв елементарних форм швидкості та наполегливості у молодших школярів експериментальних і контрольних класів майже однакові в усіх трьох полях, з незначною перевагою КК.

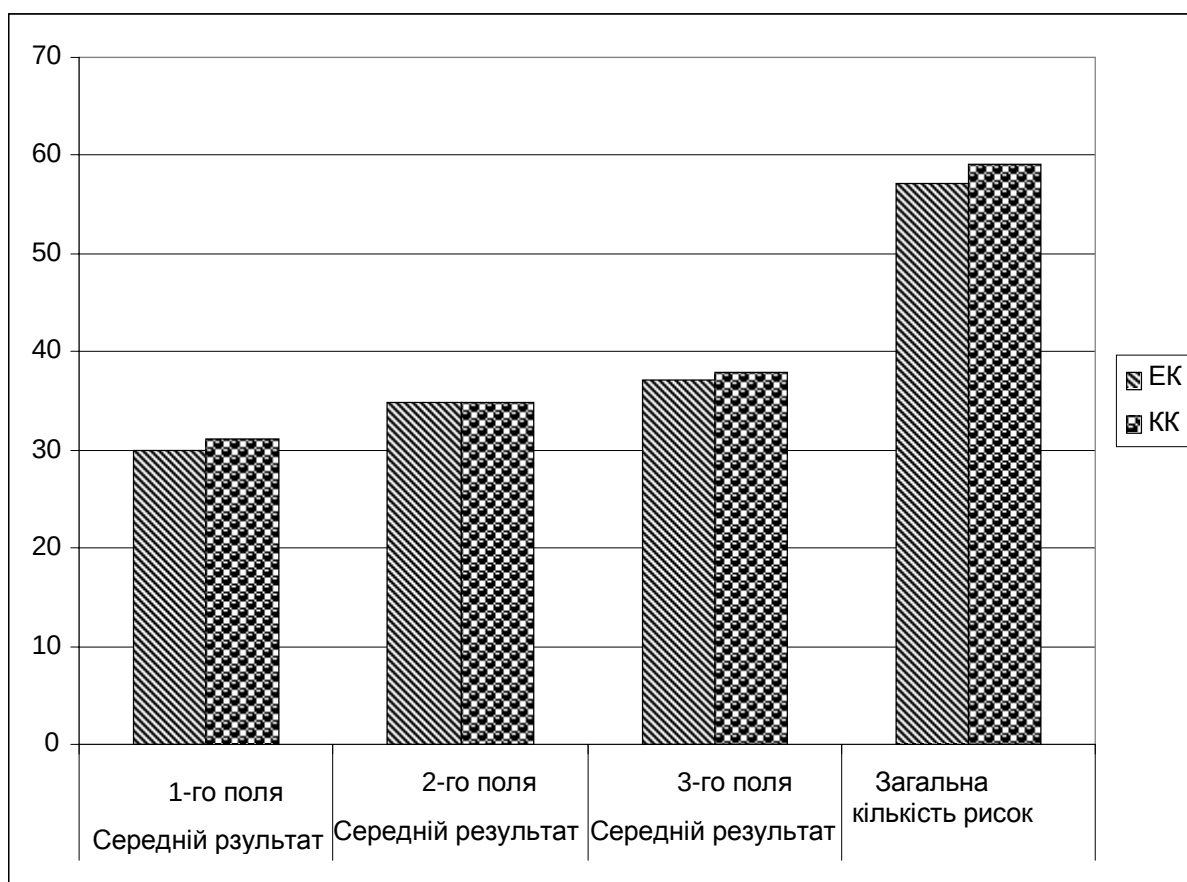


Рис. 2.6. Початкові результати прояву швидкості та наполегливості учнями експериментальних і контрольних класів (у %)

Наступним завданням дослідження було визначити силу у молодших школярів ЕК та КК. Для цього була використана кистьова динамометрія (див. табл. 2.10).

Результати початкових показників кистьової динамометрії у молодших школярів ЕК і КК майже однакові й сума становить відповідно 41 і 42 кілограми (рис. 2.7).

Таблиця 2.10

Результати початкових показників кистьової динамометрії
у молодших школярів ЕК і КК (кг)

Молодші школярі	Хлопці		Дівчатка		Сума кг
	Права рука	Ліва рука	Права рука	Ліва рука	
ЕК	12	10	10	9	41
КК	12	10	10	10	42

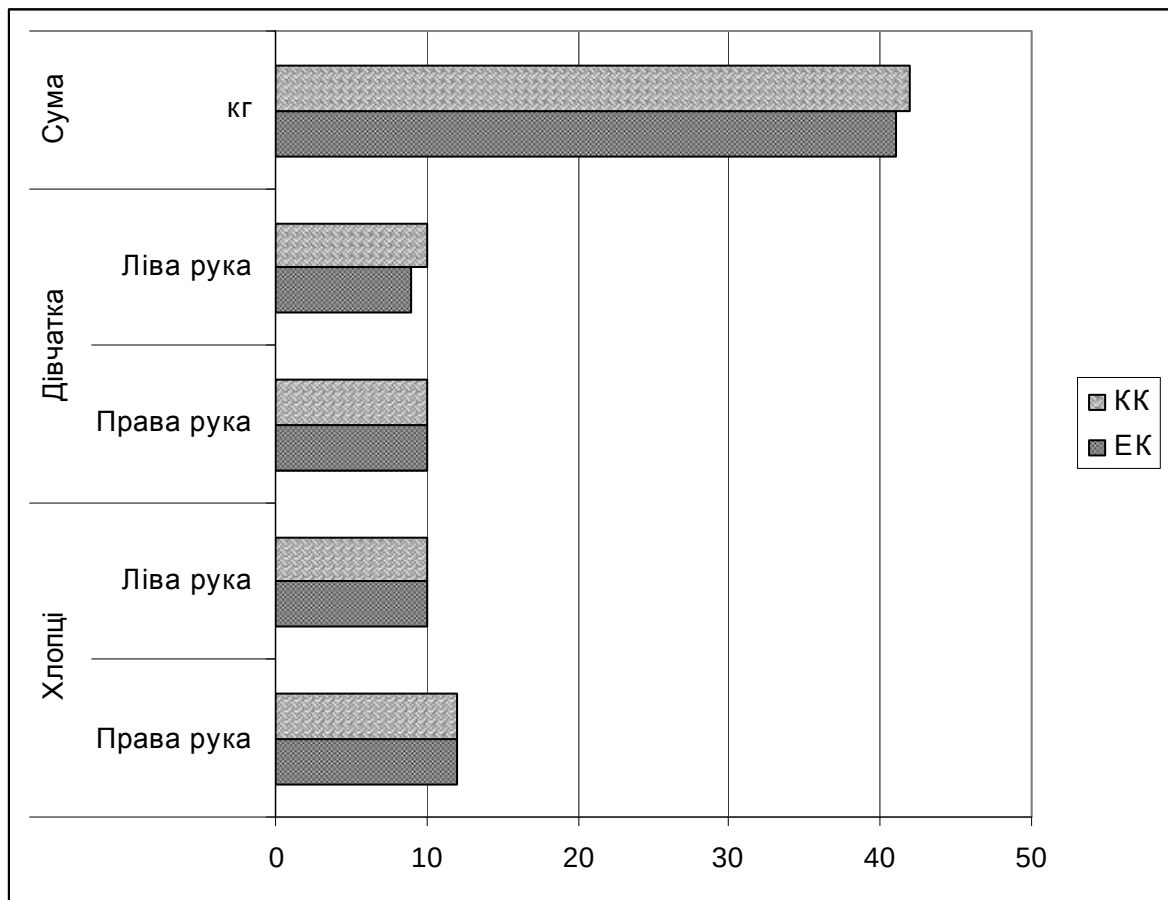


Рис. 2.7. Початкові результати кистьової динамометрії в ЕК і КК (у %)

Результати перевірки рівня досягнень молодших школярів з п'яти факторів (оцінка з фізичної культури; відвідування уроків фізичної культури; активність на уроках, участь у змаганнях; культура рухів; якому віку (за тестами) відповідає фізичний розвиток учня) основ здоров'я і фізичної культури подано у табл. 2.11.

Таблиця 2.11

Результати початкових показників рівня розвитку факторів з основ здоров'я і фізичної культури молодших школярів ЕК та КК
(за 12 бальною системою оцінювання)

Оцінка по факторах	Фактори				
	Оцінка з фізичної культури	Відвідування уроків фізичної культури (на одного учня), разів	Активність на уроках, участь у змаганнях	Культура рухів	Якому віку (за тестами) відповідає фізичний розвиток учня
ЕК	9,3	9,4	9,3	9,3	8,1
КК	9,3	1,9	9,8	9,8	8,2

Результати початкових показників перевірки рівня досягнень молодших школярів з факторів основ здоров'я і фізичної культури в ЕК і КК показали, що:

- показники віку (за тестами), якому відповідає фізичний розвиток учня, майже однакові та становлять 8,1 і 8,2;
- однаковими є оцінки з фізичної культури – 9,3 бала;
- КК краще відвідує уроки з фізичної культури (1,9 разів), ніж ЕК (9,4 разів);
- культура рухів та активність на уроках, участь у змаганнях вища в КК, ніж в ЕК (відповідно 9,8 та 9,3). Рис. 2.8.

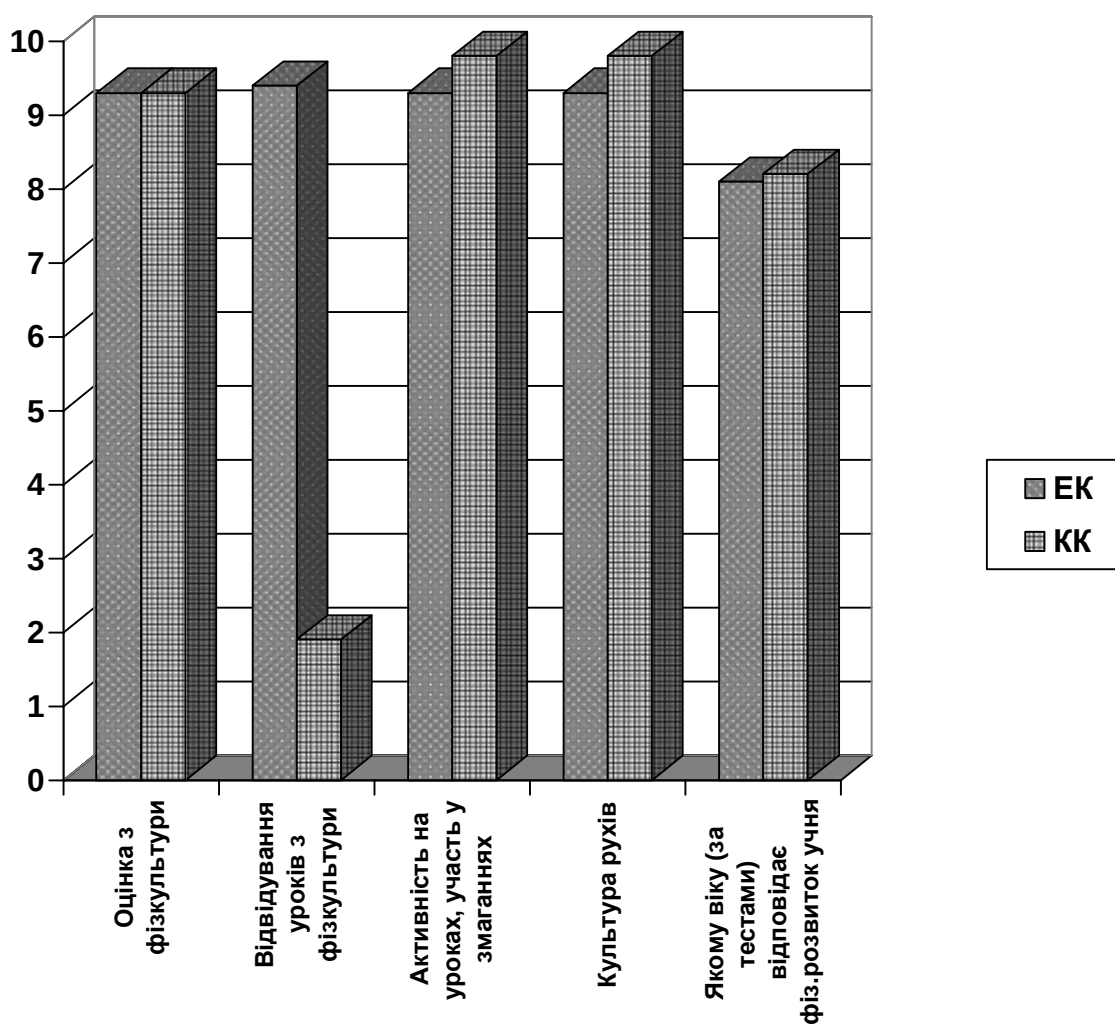


Рис. 2.8. Початкові показники
факторів з основ здоров'я і фізичної культури
молодших школярів експериментальних і контрольних класів
(за 12 бальною системою оцінювання)

У той же час було обстежено та записано показники (див. табл. 2.12) фізичного розвитку учнів експериментальних і контрольних класів.

Результати обстежень засвідчують (рис. 2.9):

- однакові показники – зріст (138 см), обхват стегон (74 см), довжина плеча (9), обхват рук у напруженому та розслабленому станах;

• майже однакові показники в учнів КК і ЕК – маса тіла (32 і 33), обхват грудної клітки (КК – 62 і ЕК – 64), належна маса тіла (КК – 35 і ЕК – 37), обхват талії (КК – 59 і ЕК – 58) та відстань між плечовими точками, що виміряна позаду (КК – 34 і ЕК – 35) відповідно в контрольних і експериментальних класах.

Таблиця 2.12

Результати початкових обстежень показників фізичного розвитку
молодших школярів

Класи	Показники													
	Довжина тіла (ДТ), см	Маса тіла (МТ), кг	Обхват грудної клітки (ОГК), см	Належна маса тіла (НМ), см	Різниця між НМ і МТ, кг	Обхват талії (ОТ), см	Обхват стегон (ОС), см	Довжина плеча (ДП), см	Обхват правої руки (ОПР): - у розслабленому стані, см	- у напруженому стані, см	Обхват лівої руки (ОЛР): - у розслабленому стані, см	- у напруженому стані, см	Відстань між плечовими точками, виміряна спереду (ПТС), см	Відстань між плечовими точками, виміряна позаду (ПТЗ), см
КК	138	32	62	35	3	59	74	9	19,5	21	19,3	20	30	34
ЕК	138	33	64	37	4	58	74	9	19,5	21	19,2	20	33	35

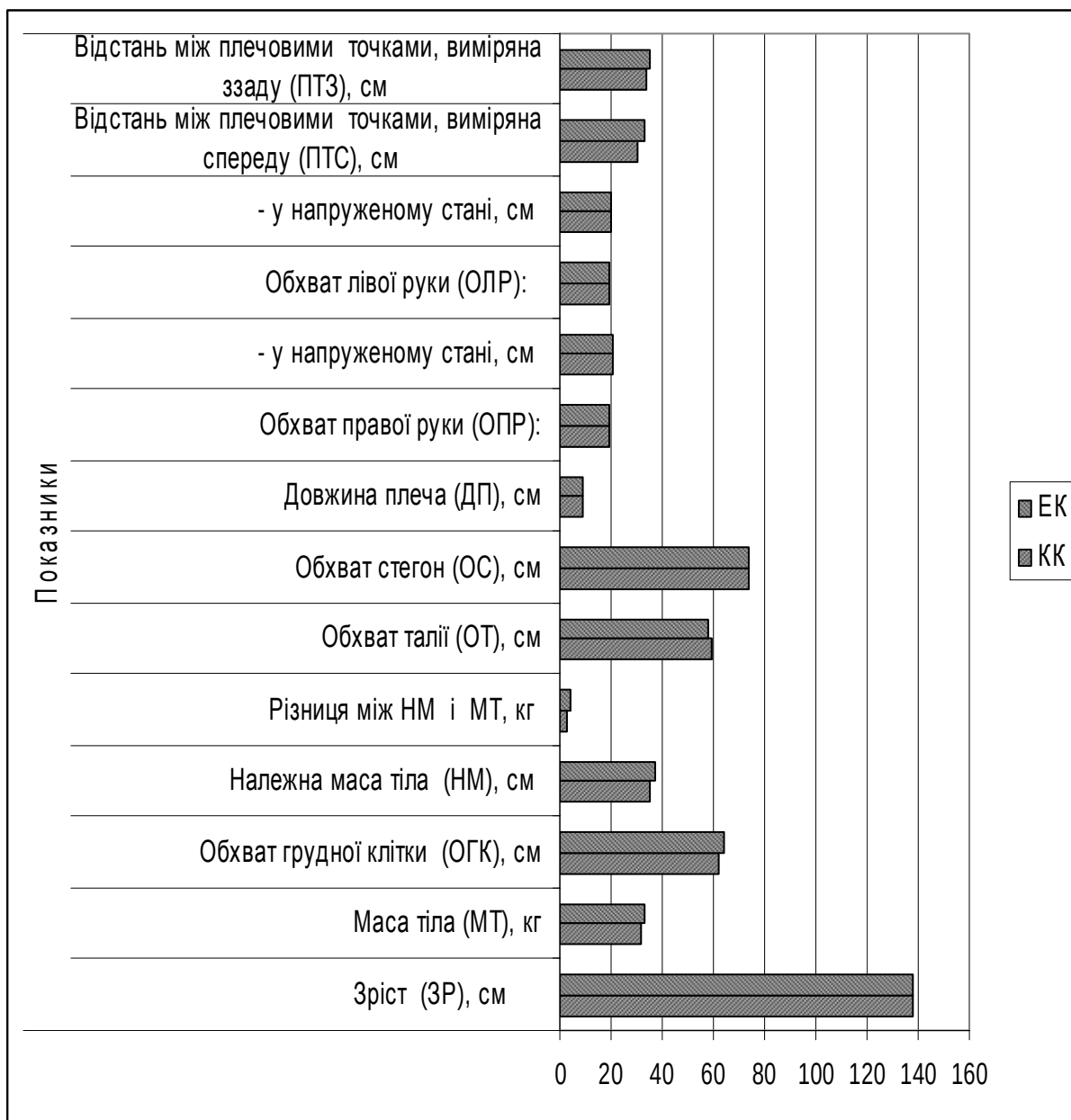


Рис. 2.9. Початкові показники фізичного розвитку учнів експериментальних і контрольних класів

Десятим завданням дослідження було визначити показники визначення державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів експериментальних і контрольних класів, занесені до табл. 2.13 та відображені на рис. 2.10, засвідчують:

- однакові – прес (32 рази), кількість кидків м'яча до стіни з відстані 1,5 м за 30 секунд (10), лягти – сісти з вихідного положення лежачи за 1 хв. (28 раз);

- майже однакові – біг на 30 м (5,8 і 5,7 секунд), стрибок у довжину з місця (140 і 138 см), підтягування (6 і 5 разів), човниковий біг 4х9 м (12,2 і 12,1 секунда), біг на 1000 метрів (5,1 і 5,3 хвилини), присідання за 1 хвилину (37 і 39 разів), присідання на одній нозі тримаючись за опору (8 і 9 разів), віджимання (13 і 12 разів);
- дещо кращі результати показав КК, ніж ЕК з бігу на витривалість (529 і 502 метри); з гнучкості (12 і 10 см); ЕК випередив КК у стрибках через скакалку (39 і 31 разів).

Таблиця 2.13

Результати початкових обстежень державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів

Класи	Показники													
	Біг на 30 м, с.	Біг на витривалість, м	Стрибок у довжину з місця, см	Підтягування, разів	Човниковий біг 4X9 м, с	Нахили тулуба вперед з положення сидячи, см	Біг на 1000 м, хв.,с.	Піднімання в сід за 1 хв., разів	Присідання за 1 хв, разів	Присідання на одній нозі тримаючись за опору, разів	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи на підлозі, разів	Стрибки через скакалку, разів	Кількість кидків м'яча до стіни з відстані 1,5 м за 30 с	Лягти – сісти з вихідного положення лежачи за 1 хв., р.
ЕК	5,8	502	140	6	12,2	10	5,1	32	37	8	13	39	10	28
КК	5,7	529	138	5	12,1	12	5,3	32	39	9	12	31	10	28

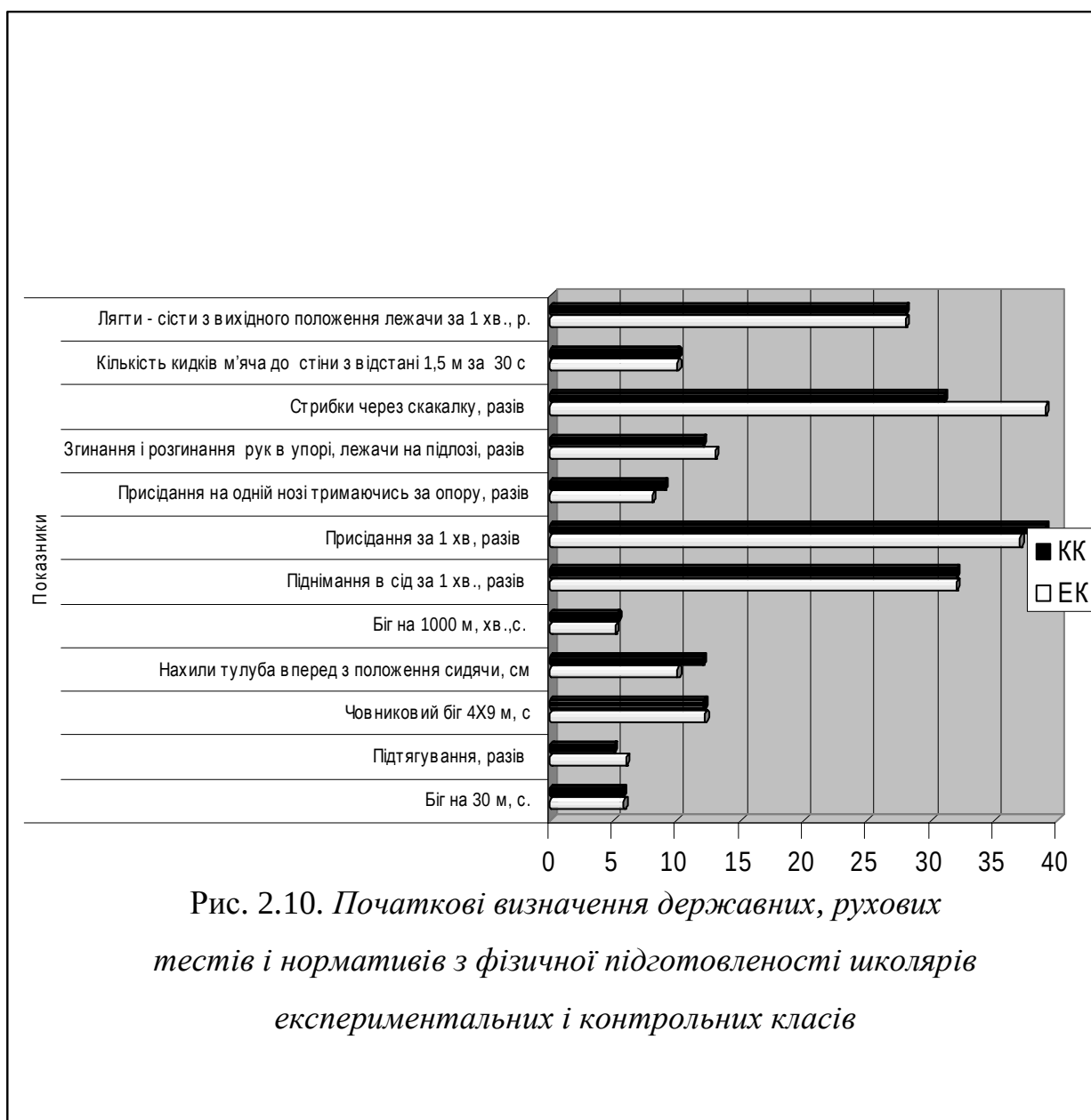


Рис. 2.10. Початкові визначення державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів експериментальних і контрольних класів

Останнім завданням нашого дослідження у констатуючому експерименті було визначення показників функціонального стану організму і змін його в динаміці (див. табл. 2.14).

Результати початкових обстежень показників функціонального стану організму і змін його в динаміці у молодших школярів ЕК та КК показали (рис. 2.11):

- однакові – частота серцевих скорочень (ЧСС) спокою, сидячи (85 уд/хв); ЧСС спокою, стоячи (88 уд/хв); артеріальний тиск у стані спокою мінімальний (57 мм/рт.ст); тривалість затримки дихання після видиху (9 секунд) та індекс гіпоксії (10);

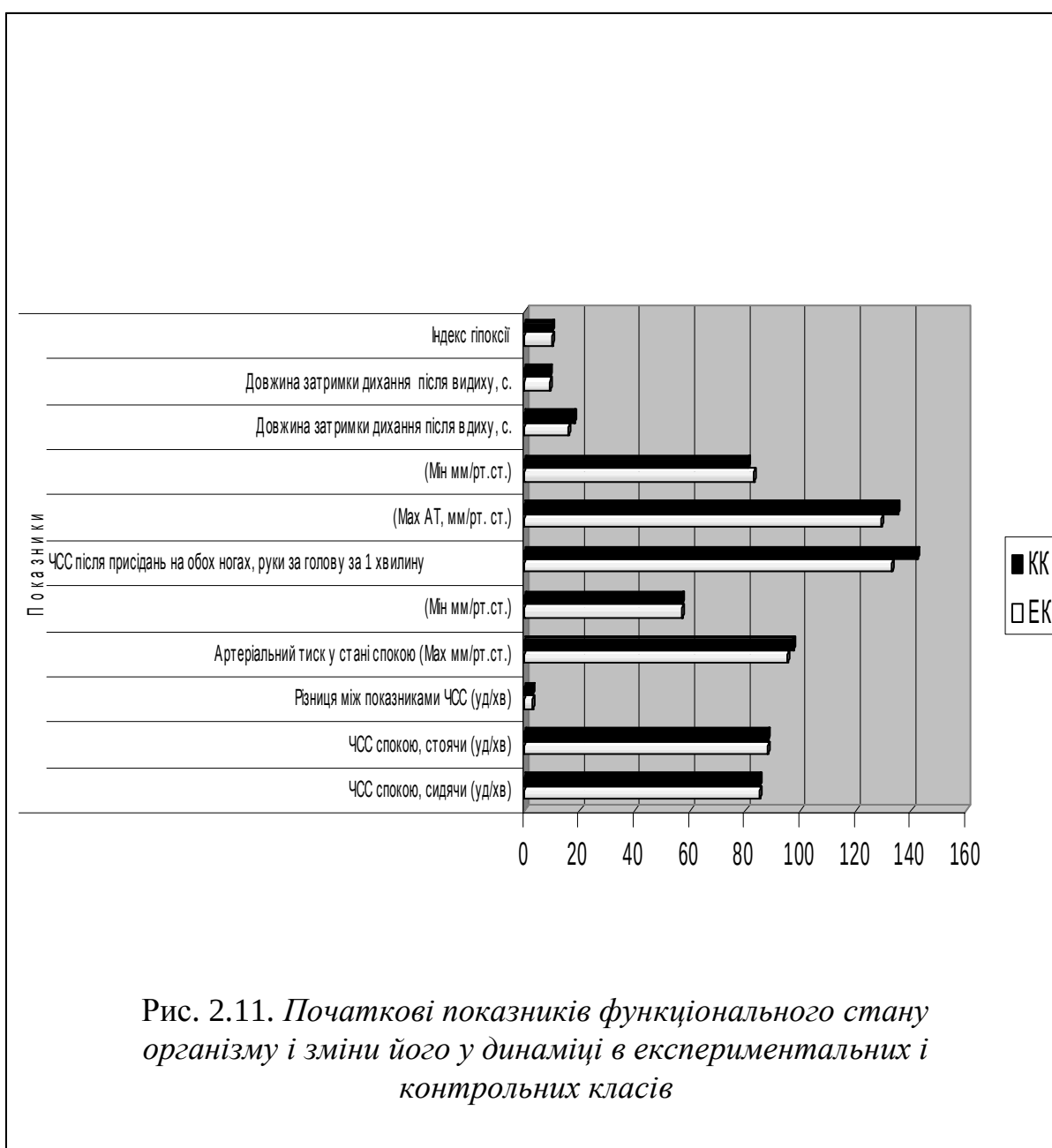
- майже однакові – артеріальний тиск у стані спокою максимальний (95 і 97 мм/рт.ст); артеріальний тиск після присідання на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину мін (83 і 81 мм/рт.ст); тривалість затримки дихання після вдиху (16 і 18 секунд);

- КК за показником жеттевої ємкості легень (ЖЄЛ) випередив ЕК (1352 і 1238); ЕК показав кращі результати, ніж КК, з ЧСС після присідання на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину – 133 і 142 рази та артеріальним тиском після присідання на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину – мах (129 і 135 мм/рт.ст) відповідно.

Таблиця 2.14

Результати початкових обстежень функціонального стану організму і динаміки його зміни в учнів ЕК та КК

Класи	Показники											
	ЧСС спокою, сидячи (уд/хв)	ЧСС спокою, стоячи (уд/хв)	Різниця між показниками ЧСС (уд/хв)	Артеріальний тиск у стані спокою (Мах мм/рт.ст.)	(Мін мм/рт.ст.)	ЧСС після присідань на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину	(Мах АТ, мм/рт. Ст.)	(Мін мм/рт.ст.)	Тривалість затримки дихання після вдиху, с.	Тривалість затримки дихання після видиху, с.	Індекс гіпоксії	ЖЄЛ
ЕК	85	88	3	95	57	133	129	83	16	9	10	1238
КК	85	88	3	97	57	142	135	81	18	9	10	1352



Таким чином, можна зробити висновок, що діагностування рівнів вихованості наполегливості молодших школярів експериментальних і контрольних класів у процесі позакласної ігрової діяльності на етапі констатувального експерименту показало, що дане новоутворення сформовано у них недостатньо і потребує цілеспрямованого розвитку.

2.2 Педагогічна модель та технологія виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності

Успішне впровадження у виховний процес процедури виховання наполегливості у молодших школярів під час позакласної ігрової діяльності є результатом цілеспрямованої і систематичної педагогічної діяльності. “Виховання, — стверджував В.О. Сухомлинський, — це не якісь спеціально, штучно організовані “заходи”, це, насамперед спосіб життя. У руках педагога сильний і водночас небезпечний інструмент, який вимагає великої мудрості й обачливості, — влада над людиною” [34, с. 530]. “Роль виховання у розвитку особистості зростає, — пише Г.С. Костюк, — коли воно активно втручається в усю систему дійових відношень особистості до навколишньої дійсності, не тільки використовує їх у своїх цілях, а й по можливості протидіє тим впливам, які розходяться з його цілями” [259, с. 530].

Процес виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності передбачає вивчення та врахування факторів, які характеризують його. Кожний учень — особистість, думку якого потрібно поважати та коректувати відповідно до вимог суспільства. Гра — це своєрідний зв’язок між дорослим та дітьми, який міцнішає завдяки їхній довірі одне до одного, взаємодопомозі. У зв’язку з цим В.О. Сухомлинський писав: “Слово — могутній борець за людську душу. Дорожіть довір’ям, дитини — нехай ця педагогічна мудрість стане для вас критерієм самовиховання. Мудрість влади педагога — у його безмежній владі все розуміти. Справжнє виховання не там, де педагог з вершин спускається на землю, а там, де він піднімається до тонких істин Дитинства. Гра — найсерйозніша справа для дитини [34, с. 530].

Організовуючи процес виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності, потрібно створити певну систему дієвих впливів на особистість учня, а не зосереджувати увагу на окремих їх моментах. Поєднання урочної, позакласної діяльності та роботи з батьками

сприятиме підвищенню ефективності вихованню наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності.

Процес виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності ґрунтується на таких принципах:

1. Особистість молодшого школяра характеризується за такими структурними компонентами: когнітивним, емоційним, мотиваційним та діяльнісним. Виховання цих компонентів у молодших школярів визначалася відповідно за когнітивним, емоційним, мотиваційним та діяльнісним критеріями.

2. Гра є важливим видом діяльності та найбільш притаманною для молодших школярів, під час якої й можна виховувати їхню наполегливість.

Отже, процес виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності потребує наукового вивчення й обґрунтування.

Підготовчий етап. Знайомство з молодшими школярами відбувалося під час уроків та позаурочний час і передбачало вивчення індивідуальних особливостей дітей, їхніх ігрових інтересів, а також об'єднання учнів у групи за рівнями вихованості наполегливості; розробку самонавіювання, необхідної для вироблення зазначеної вольової якості під час рухливих та народних ігор (додаток А.5, А.6).

Для кращого засвоєння правил гри молодші школярі по чергово брали участь у лотереї, яка визначала наступну гру. Ігри проводилися під керівництвом учителя щоденно протягом 15-20 хвилин.

Під час проведення рухливих ігор велося спостереження за групами дітей, кожною дитиною, а його результати заносилися у схему спостережень, розроблену Л.В. Билеєвой та І.М. Коротковим [199-201] та нами удосконалену (додаток Ж).

Щоб зацікавити молодших школярів різними видами ігор, була розроблена вправа-гра для вивчення нових ігор (дитина називає гру, а батьки, родичі і т.д. по чергово продовжують називати кожную наступну назву гри, яка

розпочинається тією буквою, на яку закінчилася попередня назва). На початковому етапі всім учасникам гри роздають листки з друкowanими назвами різних ігор, пізніше ігри завчаються напам'ять.

Батькам дітей експериментальних класів була запропонована “Пам'ятка для батьків”, яка містила:

- 1) поради батькам від Девіда Льюїса, як виростити геніальну дитину;
- 2) заповіді для батьків;
- 3) бажані та заборонені висловлювання батьків;
- 4) тест на перевірку вихованості дитини;
- 5) тест на розуміння свого чада;
- 6) 10 “золотих правил” американського психолога Віктора Кляйна щодо виховання щасливих дітей;
- 7) астрологічні перевірки за знаком Зодіаку: риси характеру людини і ставлення до власних дітей (додаток 3.1-7);
- 8) орієнтовний режим дня молодшого школяра за висновками О.В. Гнатюка;
- 9) розклад дзвінків у загальноосвітніх школах міста Умані для початкових класів (додаток И);
- 10) поради, як опанувати самонаказ, розроблені психологом Т.І. Агафоновим (додаток А.7).

Учні четвертих класів брали участь у міжшкільних змаганнях “Веселі старту”, підготовка до яких розпочалася заздалегідь: підбір форми для учасників (жовті футболки, сині шорти, зручне спортивне взуття; вибір інвентаря (обручі, футбольні м'ячі); підготовка девізу команди емблем для кожного учасника (десять чоловік); виготовлення атрибутів для вболівальників (однокласники, учні початкових класів, батьки, учителі).

Хвилювалися всі, як перед початком змагань, під час них, так і коли визначали судді переможців. Позитивним емоціям, жвавості та радощам не було меж ні у присутніх і тим-паче у виступаючих, коли їх назвали переможцями змагань та наголосили: “Молодці! Так тримати!”

Аналіз дій учнів під час ігор дозволив виділити три рівні вихованості наполегливості в учнів 1-4 класів:

- *високий рівень* – здатність учня не відступати перед труднощами у досягненні мети за будь-яких умов, при цьому словесна підтримка дорослого не є обов'язковою, бо школяр уже врахував його попередні зауваження, побажання тощо;
- *середній рівень* – намагання учня долати перешкоди, можлива відмова від досягнення поставленої мети після кількох невдач, інколи дитина потребує словесної підтримки дорослого;
- *низький рівень* – категорична відмова учня від виконання завдань при найменшій перешкоді, словесна підтримка вчителя не допомагає.

Відповідно до поставлених завдань дослідження нами організовано спостереження за молодшими школярами під час ігор; проведено анкетування серед учнів до початку проведення ігор та після них, щоб з'ясувати ставлення учнів 1-4 класів до рухливих та народних ігор; на основі здійснення розподілу рухливих ігор на 15 груп, визначено характер їх впливу на ступінь прояву наполегливості; описано результати порівняльного аналізу формування наполегливості в учнів молодшого шкільного віку.

Отже, як відомо, в усіх іграх певною мірою проявляються різні вольові якості, однак, на нашу думку, кожна гра сприяє виробленню наполегливості у дітей.

Якщо більшість учнів 1-4 класів дотримуються правил гри і вірно грають у неї з першого чи другого разу, то ця гра має низький рівень прояву наполегливості. Якщо ж більшість учнів початкових класів дотримуються правил гри і вірно грають у неї з третього чи четвертого разу, то ця гра має високий рівень прояву наполегливості.

Пропонуємо авторську класифікацію ігор з урахуванням ступеня прояву наполегливості:

- 1) *ігри з елементами стройових вправ:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “В шеренгу шикуйсь”, “Клас, струнко”, “Виклик номерів”, “Слухай сигнал”, “Чия ланка швидше збереться?”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “До свого прапорця”, “У дітей порядок строгий”;

2) *ігри з елементами загальноорозвиваючих вправ:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Батько”, “Мак”, “Шевчик”, “Дрова”, “Заборонений рух”, “Пузир”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Адам і Єва”, “Ой вийтеся, огірочки”, “Боротьба кажана з вітром”, “Кіт потягується”, “Гуси на воді”, “Пташка”, “Мокрий кіт”, “Боцюн і криниця”;

3) *ігри з ходьбою:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Петре, де ти?”, “Жмурки”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Підхід вартових”, “Звідки ти?”, “Гарбуз”, “Огірочки”, “Міст”, “Нічний марш”, “Дуб чи береза”;

4) *ігри з бігом:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Іду на Ви!”, “Гуси”, “Пень”, “День і ніч”, “Хатина”, “Регіт”, “Дуб”, “Запорожець на Січі”, “Панас”, “Проводи русалки”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Скажений бугай”, “Рибалки і риби”, “Квачі парами”, “Доганяй втікаючи”, “Ворон”, “Воробей”, “Дикі кози”, “Яструб”, “У колдуна”, “Хрещик”, “Лисиця і заєць”, “Сірий кіт”, “Кавуни”, “Мур”, “Ковбаса”, “Біг по коридору”, “Біг з перешкодами”, “Третій зайвий”, “Зустрічні старти”, “Естафетна паличка”, естафета “Потяг”;

5) *ігри зі стрибками:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Вовк і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”, “Струмок”, “Тинок”, “У річку гоп”, “Спутані коні”, “Півник”, “Стрибки по купинках”, “Гігантський крок”, “На одній нозі по прямій”;

- високий ступінь прояву наполегливості: “Абетка”, “Гречка”, “Естафета з стрибками через гімнастичну лаву”, “Стрибки командою”;

6) *ігри з метанням:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Бабу перевозити”, “Хто далі кине”, “Влучний стрілець”, “Захисник фортеці”, “Пошивай”, “Квач з м’ячем”, “Штандер”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Квочка”, “Круговий”, “На полюванні”, “Мисливець і качки”, “Перепелиця”, “Шкандибки”, “Мушка”, “Бабок”, “У скраклі”, “Вибий ведучого”, “Влучно в ціль”;

7) *ігри з елементами прикладних вправ:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Дістати сало”, “Скалолаз”, “Стовп”, “Повінь”, “Кубло”, “Незграбний ведмідь”, “Западня”, “Павук”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Куниця і білки”, “Підвісний міст”, “Тунель”, “Спритний вуж”;

8) *ігри з елементами рівноваги:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Гойдалки”, “Журавель”, “Ластівка”, “Навпереваги”, “Жук”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Пересування на бочці”, “Рак-неборак”, “Дресирування звірів”, “Метелиця”, “Круть-верх”, “Млин”;

9) *ігри з елементами акробатики:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Краб”, “Каракатиця”, “Перекотиполе”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Розпечене колесо”, “Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”;

10) *ігри з елементами боротьби:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Буряк”, “Тягти бука”, “Ріпка”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Коромисло”, “Відьма”, “Бій півнів”, “Кіт у мішку”, “Княжий острів”, “Дружина і татари”, “Перетягування полинві”;

11) *ігри з елементами танцю:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Сива шапка”, “Женчичок”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Гоп-скок”, “Метелиця”, “Трійки”;

12) *ігри на воді:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Морський бій”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Мисливці і качки”, “Морж”, “Швидкий краб”, “Коловорот”, “Крокодил”, “Колода”, “Щупаки”, “Невід”, “Квачі”, “Водяна змія”, “П’явка”, “Підводники”, “Дельфіни”, “Хто перший”;

13) *ігри на лижах:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Наздожени втікаючи”, “Буксировка”, “Квач на лижах”, “Лижник без палиць”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Трійки”, “Стогони”, “Хто далі”, “Шеренгою з гірки”, “Мисливець на полюванні”, “Проста естафета”, “Естафета з палками і без палок”, “З гори у ворота”;

14) *ігри з елементами футболу:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Гра у квадраті”, “Боротьба за м’яч”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Перехоплення м’яча”, “Зміна місць по колу”, “Злови м’яч”, “Удар на точність”, “Перехоплення м’яча”, “Рикошет”, “М’яч через тунель”;

15) *ігри на визначення рівня розвитку фізичних якостей:*

- низький ступінь прояву наполегливості: “Хто швидше, або естафетний біг?”, “Ведмеді на полюванні”; “Молодці - стрибунці”;
- високий ступінь прояву наполегливості: “Витривалі бігуни”, “Естафети павуків”.

Запропонована класифікація ігор засвідчує, що більшість учнів початкових класів люблять грати в ігри та естафети з м’ячем. Тому було вибрано для апробації авторську методику ігор, які охоче грають як

хлопчики, так і дівчатка.

Методика проведення ігор та естафет з елементами футболу передбачає:

1. Поступове ускладнення ігор, збагачення навчального матеріалу, відповідність його новим вимогам щодо впровадження третього уроку з футболу у школі.
2. Забезпечення цілісності навчального процесу.
3. Узгодження змісту ігор із програмовими вимогами з основ здоров'я і фізичної культури для учнів початкових класів.
4. Закріплення та удосконалення попередньо вивченого навчального матеріалу з фізичної культури.
5. Підготовку молодших школярів до нових вимог у наступних класах.

Наступний етап технології виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності це *основний етап*, який передбачає пояснення змісту гри.

На нашу думку, щоб підвищити інтерес учнів 1-4 класів до рухливих і народних ігор, учитель повинен добре вивчити дитину і врахувати її індивідуальні особливості. З цього приводу К.Д. Ушинський писав: “Вихователь має прагнути пізнати людину такою, якою вона є у дійсності, зі всіма її слабостями і в усій її величі, зі всіма її буденними, дрібними потребами і усіма її великими вимогами. Вихователь повинен знати людину у сім'ї, у суспільстві, серед народу, серед людства і наодинці зі своєю совістю; у будь-якому віці, в усіх класах, в усіх станах, у radoщах і горі, в приниженні чи у величі... Він має знати спонукальні причини найогидніших і найвищих вчинків, історію зародження злочинних і великих думок, історію розвитку будь-якої пристрасті й будь-якого характеру. Тоді тільки буде він спроможний черпати у самій природі людини засоби виховного впливу – засоби ці величезні“ [31, 276].

Як відомо, самовдосконалення педагога – це тільки перша сходинка до того, щоб зрозуміти дитину, й відчувати її внутрішній світ. Спілкування ж

допомагає дорослому стати товаришем дитині або назавжди відмежуватися від неї. С.Ф. Русова вважає, що хорошим доповненням спілкуванню є гра: у них відтворюється соціальне життя дитини, це природна школа громадського виховання, релігії, мистецтва [146].

Добре організована гра може створити такий емоційний стан молодшому школяреві, що він із захопленням чекатиме наступної нагоди показати своє вміння керувати не тільки собою, а й іншими. У грі він капітан свого життя, а не дитина, яка виконує щоденні вказівки поведирів і немає можливості проявити себе самостійно. К.Д. Ушинського писав: “Для дитини гра – дійсність, і дійсність значно цікавіша, ніж та, що її оточує. Цікавіша вона для дитини саме тому, що зрозуміліша; а зрозуміліша вона їй тому, що є її витвором. У грі дитина живе, і сліди цього життя глибше лишаються у ній, ніж сліди справжнього життя, у яке вона не могла ще ввійти через складність його явищ та інтересів. У справжньому житті дитина не більше, як дитина, істота, яка не має ще ніякої самостійності, яку сліпо і безтурботно тягне за собою течія життя; а у грі дитина – уже зріюча людина, вона пробує свої сили і самостійно керує своїми ж витворами. Проте якщо дитина більше і діяльніше живе у грі, ніж у дійсності, то все-таки навколишня дійсність має найсильніший вплив на її гру...” [31, 276].

Отже, у змісті авторських ігор та естафет з елементами футболу: “Злови м’яч”, “Удар на точність”, “М’яч у коло”, “Рикошет”, “Перехоплення м’яча”, “М’яч по колу”, “Влучити у ціль”, “Зустрічна естафета”, “Гра у квадраті”, “М’яч через тунель” враховано завдання, які спрямовані на реалізацію таких розділів програми: “Основи здоров’я і фізична культура”: “Навчальний пріоритетний матеріал”, “Контрольні навчальні нормативи і вимоги”.

Усі ігри розроблено з урахуванням навчальної мети, місця проведення, необхідного інвентаря й обладнанням.

Вони характеризуються:

- поступовим ускладненням завдань, які відповідають програмовим вимогам та віку школярів;

- поступовим зростанням темпу проведення рухливої гри, відповідно до віку учнів;

- доступним поясненням і демонстрацією гри (для дітей *першого класу* – учитель пояснює зміст гри та показує, як її грати; для *другого та третього класів* також педагог пояснює та при необхідності показує деякі елементи гри; для *четвертого класу* – учитель тільки пояснює зміст гри та зосереджує увагу учнів на точності дотримання правил).

Процес виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності передбачав використання таких принципів [191, с. 111-134]:

- свідомості й активності учнів – якщо для учнів нові ігри й естафети цікаві і зрозумілі, то їхня активність буде досить високою;

- наочності – молодші школярі для ефективнішого засвоєння нової гри повинні сприймати побачене зором, слухом і пробувати грати (змагатися) на дотик м'язами тіла. Одна справа – дивитися, друга – бачити те, на що дивишся, а третя – розуміти побачене і найголовніше – навчитися тому, що зрозумів і побачив;

- доступності та індивідуалізації – вивчення нової гри базується на тому, щоб учні зрозуміли її правила і кінцеву ціль. Розроблені авторські ігри можна грати індивідуально (наприклад, гра “Рикошет”), засвоюючи при цьому певну ігрову техніку й удосконалюючи вивчені дії;

- систематичності – для вивчення нової гри педагог повинен продумати, як розмістити учнів, з чого почати, якої послідовності дотримуватися, як поєднати вже вивчене з новим. Регулярне повторення засвоєних рухів під час ігор сприяє розвитку інтересу і допитливості, вихованню вольових якостей. Тому потрібно систематично грати у рухливі ігри, чергуючи при цьому навантаження з відпочинком;

- міцності та прогресування – якщо учні загалом або кожний індивідуально показують кращі результати під час гри на правильність виконання дій, то це доводить, що у них міцні знання, є прогрес, бо існує

інтерес, зацікавленість, піднесений емоційний настрій тощо. Чим більша кількість повторень, тим правильніше виконання дій. Але педагог повинен продумати і декілька варіантів, щоб дії не стали одноманітними й учні не втратили інтерес. Нові завдання повинні підвищувати вимоги, які є запорукою міцного засвоєння матеріалу.

Розробці конкретної технології виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності передував етап моделювання. Створення педагогічної моделі є дієвим засобом перевірки доцільності й необхідності визначених форм, засобів, принципів і методів виховання.

При цьому потрібно дотримуватися таких вимог: визначення й обґрунтування мети виховної роботи; розуміння співіснування і взаємодоповнення всіх складових моделі; усвідомлення того, що функціонування кожної підсистеми – є результатом розв’язання визначених завдань, кожне з яких спрямоване на реалізацію загальної мети – формування у молодшого школяра здатності доводити до кінця розпочату справу, долаючи при цьому різні труднощі, які виникають на шляху до досягнення бажаного результату.

Взаємозв’язок і взаємозумовленість компонентів педагогічної моделі – мети, принципів, засобів, методів, педагогічних умов, форм та результату виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності відображено на рис. 2.12.

Більш детально розглянемо, як приклад, методику проведення гри-естафети “Рикошет” (учні четвертого класу), зміст якої передбачає три можливі варіанти:

- 1) гра для учнів перших та других класів;
- 2) другий варіант – для учнів других та третіх класів;
- 3) третій варіант – для учнів третіх та четвертих класів.

Мета та значення гри: спрямована на виховання у молодших школярів: наполегливості та допитливості; на покращення емоційного

настрою та позитивного ставлення до ігор; розвиток уваги, уяви, швидкості реакції, спритності, зосередженості.

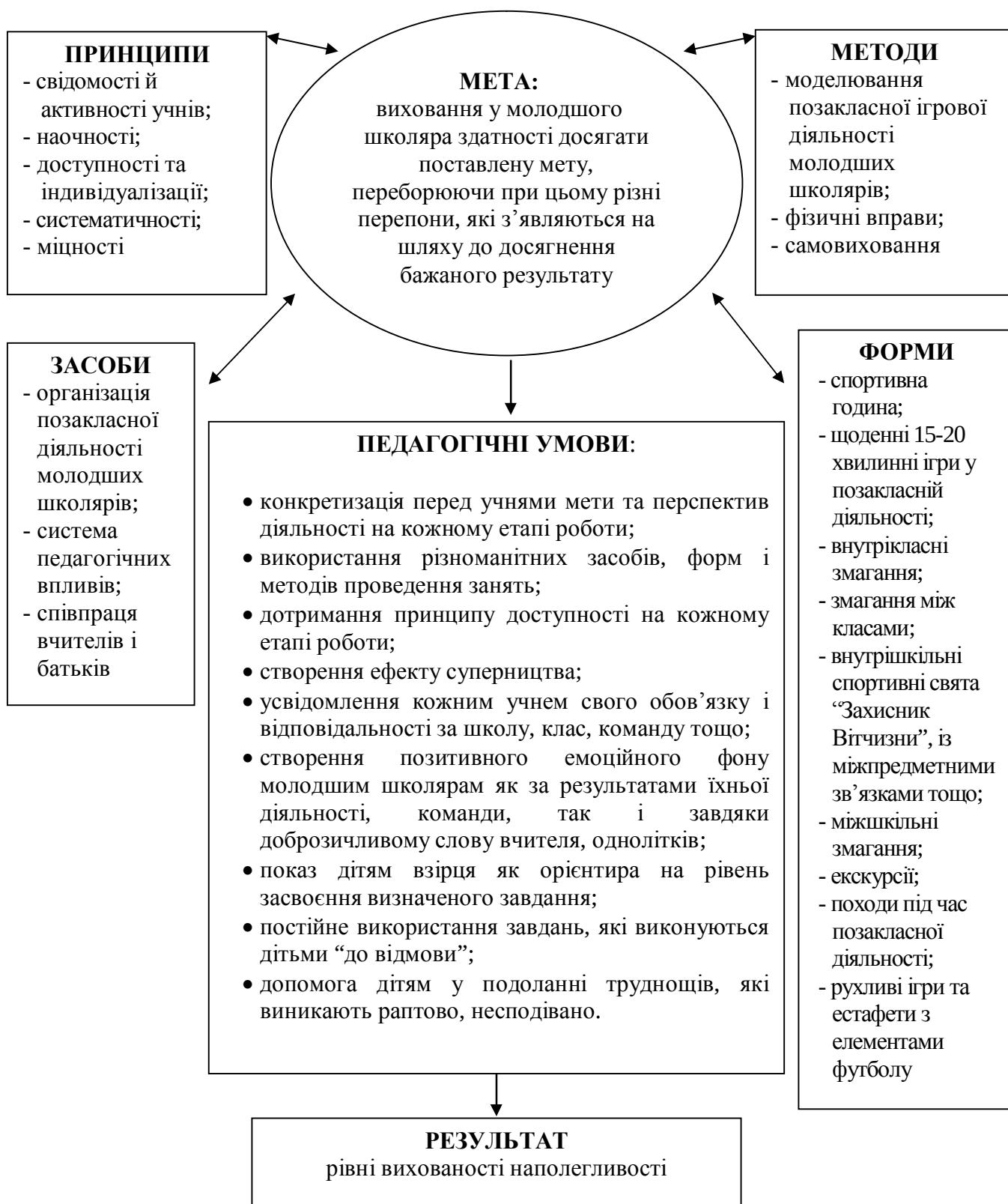


Рис. 2.12. Педагогічна модель виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: м'ячі, відповідно до кількості команд; розмітки, стіна.

Місце проведення: спортивний майданчик.

Зміст гри полягає у тому, щоб якомога швидше й точніше всім учасникам команди почергово вдарити м'ячем об стіну так, щоб він повернувся назад на те саме місце, з якого було проведено удар по ньому, та зупинити його на визначеній педагогом лінії. Удар по м'ячу має бути впевнений, але не дуже сильний. Кожен учень повинен відчувати силу удару та чітко дотримуватися правил гри-естафети. Для учнів четвертого класу ця естафета проводиться з секундоміром, якщо команди грають почергово. Якщо ж усі команди розпочинають гру одночасно, то користуватися ним необов'язково. Вимірювальний приклад можна використовувати для визначення найкращого часу, щоб у подальшому його порівняти з результатами міжшкільних змагань тощо. Гра-естафета закінчується тоді, коли ведучий знову стає першим у команді з м'ячем у руці.

Можливі варіанти проведення гри-естафети:

- 1) учень, який ударив по м'ячу, повинен і зупинити його на визначеному місці, а потім вже ставати позаду всіх учасників своєї команди;
- 2) учень, який ударив по м'ячу, повинен швидко стати позаду своєї команди, а зупиняє м'яч на визначеному місці наступний учень, він ударяє м'яч і біжить також назад і т.д.

Правила гри-естафети:

1. Відстань від команд до стіни – 4-10 м.
2. Відстань між командами – 4-5 м.
3. Відстань між дітьми – 0,5 м.
4. Не заступати лінію та не штовхатися.
5. Сила удару по м'ячу повинна бути такою, щоб легко можна було зупинити його на визначеному вчителем місці.
6. Дотримання правил усіма учасниками команди правил дає

можливість їм претендувати на чесну перемогу.

Результат: учні експериментальних класів, які систематично грали в ігри, чітко виконували всі рухи, які були узгодженими. Дівчатка наввипередки з хлопчиками демонстрували майстерність, уміння грати згуртовано, за правилами, здатність морально підтримувати один одного. Емоційний настрій був позитивний, і молодші школярі з задоволенням грали в ігри та прагнули чесно виграти.

Молодші школярі контрольних класів виявили інтерес до ігор, але почувалися схвильованими, бо не знали, що чекає їх попереду. Узгодженість у рухах спостерігалася рідко. Майже всі дівчатка боялися бити по м'ячу і зупиняти його. Хоча учні позитивно налаштовані на ігри, згуртованості не було.

За словами А.С. Макаренка, “яка дитина в грі, такою вона буде у роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається насамперед у грі. Хороша гра подібна до хорошої роботи, погана гра подібна до поганої роботи. Ця подібність дуже велика, можна прямо сказати: погана робота більш подібна до поганої гри, ніж до хорошої роботи” [32].

Відомий французький лікар Тіссо (XVIII століття) писав: “Рухи за своєю дією можуть замінити будь-які ліки, однак усі лікувальні засоби не спроможні замінити дії руху” [106, с. 53].

Організація і проведення ігор та естафет з елементами футболу серед учнів початкових класів засвідчує:

1. Такий вибір ігор та естафет з елементами футболу захоплює молодших школярів новизною.
2. Страх перед початком нової гри зникає після щоденного проведення 15-20-хвилинних ігор.
3. Ігри з елементами футболу сприяють вихованню наполегливості: вони потребують системності в удосконаленні навичок, згуртованості і дотримання кожний раз командою правил.
4. Після декількох повторень однієї гри дівчатка грають на рівні з хлопчиками та прагнуть їх перемогти.

5. Азарт сприяє підвищенню емоційного настрою.

6. Індивідуальні ігри, розраховані на власні сили, дозволяють перейти до командних ігор (наприклад, гра “Рикошет”), які сприяють зміцненню віри дітей у свої сили, зникненню їхньої пасивності, боязні, агресії тощо.

7. Ігри та естафети з елементами футболу потрібно проводити на спортивному святі класу, між паралельними класами під музичний супровід із заздалегідь підготовленим спортивним обладнанням. Вони готують учнів молодшого шкільного віку до участі у традиційних міжшкільних змаганнях “Веселі старти”.

Отже, вище перераховані чинники сприяють переходу молодших школярів з низьким рівнем вихованості наполегливості на середній рівень, що характеризує дітей, здатних долати незначні перешкоди, потребуючи при цьому словесної підтримки вчителя. До учнів з високим рівнем вихованості наполегливості висуваються складніші вимоги, які сприяли розвитку їхньої творчої активності, а саме: запропонувати свій варіант гри чи естафети; організувати гру з меншими школярами; збільшення відстані до поставленої мети; оцінити діяльність однолітків тощо.

У результаті дослідження, нами було проведено *порівняння динаміки становлення наполегливості в учнів молодшого шкільного віку*. Згідно порівняльного аналізу можна зробити такі висновки:

1. Учні першого та другого класів виявляють наполегливість під час рухливих ігор та естафет, якщо вони їм цікаві. Зокрема, це вік, коли у хлопчиків і дівчаток 6-7 років достатньо розвинена ця вольова якість, вона проявляється у кожній статі майже однаковою мірою у процесі позакласної ігрової діяльності.

2. У третьокласників наполегливість повністю розкривається під час змагань між учнями у класі, між паралелями класів, між учнями різних шкіл, де проводяться естафети. Однак у хлопчиків ця вольова якість виражається “вибухово”, будучи у більш пригальмованому (“сонливому”) стані, ніж у дівчаток, які проявляють наполегливість інтенсивніше. Важливе значення при

цьому відіграє зацікавленість у перемозі, якій сприяє вміння добре грати.

3. В учнів четвертого класу наполегливість проявляється з прогресуючою силою. Порівняно з третім класом ця вольова якість особистості прогресує у хлопчиків під час ігор і естафет, у дівчаток вона ж розкривається – так само, як і у попередньому класі. У хлопчиків наполегливість починає значно прогресувати, порівнюючи з третім класом. Отже, у четверокласників наполегливість проявляється такою ж мірою, як і в учнів першого та другого класів.

Завершальний етап. В обговоренні результатів змагань по їх завершенню взяли участь батьки. Наступного дня підсумки змагань підводилися на рівні школи. Дирекція школи організувала зустріч батьків, учителів початкових класів і фізичної культури, дітей, які були на змаганнях. Учасники зібрання висловили свої переконання щодо ефективності проведення ігор та естафет та необхідності відзначення переможців змагань (грамота, цукерки, м'яч) на урочистій лінійці і популяризації спортивних свят.

Молодшим школярам на урочистій лінійці було поставлено у приклад учнів четвертого класу та наголошено, що учнів 1-3 класів чекають також змагання, на яких потрібно показати такі ж результати, а всі переможці змагань фотографуються на дошку “Віват, переможцям!”

Результати дослідження доводять: якщо учні задоволені результатами своєї праці, то це сприятиме їхньому подальшому натхненню до жаданої перемоги тощо і заплановане технологією проведення виховних справ за допомогою рухливих ігор та естафет є вагомим чинником вихованості наполегливості у процесі позакласної ігрової діяльності.

На основі аналізу наукових праць із досліджуваної проблеми та описавши етапи процесу виховання наполегливості молодших школярів у ігровій діяльності, визначаємо основні педагогічні умови виховання наполегливості молодших школярів в ігровій діяльності:

- конкретизація перед учнями мети та перспектив діяльності на кожному етапі роботи; використання різноманітних засобів, форм і методів

проведення занять; дотримання принципу доступності на кожному етапі роботи; створення ефекту суперництва; усвідомлення кожним учнем свого обов'язку і відповідальності за школу, клас, команду тощо [54, с. 196-198];

- створення позитивного емоційного фону молодшим школярам, як за результатами їхньої діяльності, команди, так і завдяки доброзичливому слову вчителя, однолітків;
- показ дітям взірця як орієнтира на рівень засвоєння визначеного завдання;
- постійне використання завдань, які виконуються дітьми “до відмови”;
- допомога дітям у подоланні труднощів, які виникають раптово, несподівано.

Всі ці умови разом та кожна з них окремо для виховання наполегливості у молодших школярів сучасної загальноосвітньої школи є визначальними.

Спробуємо конкретизувати кожен з педагогічних умов більш детально та експериментально перевірити їх.

Конкретизуючи перед учнями мету та перспективи їхньої діяльності, учитель кожен позакласну роботу організовує так, щоб учні вправлялися не “взагалі”, а опановували конкретний матеріал, рухи. Педагог має домагатися від дітей усвідомлення того, чого вони сьогодні досягли, для чого потрібні рухливі ігри. Мета, яку ставить перед собою учень, не завжди збігається з метою і завданнями вчителя. Важливо, щоб мета була єдиною, особливо на перших етапах роботи. Невизначеність мети і ситуації знижує ступінь мобілізованості та старанності, приводить до зниження виховання наполегливості. Учителеві необхідно розвивати позитивну мотивацію до рухливих ігор та естафет. Складніші завдання вводити поступово, враховуючи наростання позитивних емоцій у кожного учня. Кінцевий результат (яким би він не був) повинен обов'язково створювати позитивні емоції, а доброзичливе слово вчителя підтримувати дух команди, кожного її

учасника. Для виховання наполегливості вчителів не потрібно у таких випадках зневажати цими мотивами. Навпаки, їх потрібно використовувати для виховання позитивного відношення учнів до ігор, а більш важкі завдання висувати поступово, із врахуванням, що вони базуються вже на добре закріпленому матеріалі [54, с. 196 - 197].

Використання різноманітних засобів, форм і методів проведення занять. Довготривала та інколи одноманітна щоденна позакласна ігрова діяльність призводить до розвитку хронічних станів монотонного і психічного перенасичення, що не тільки знижує ефективність рухливих ігор, але і зменшує їхній виховний вплив. У зв'язку з цим, для підтримки наполегливості необхідно застосовувати різноманітні засоби, форми і методи проведення навчальних і тренувальних позакласних занять. Відомо, що цікаве запам'ятовується краще і розвиває інтерес (у нашому випадку – різноманітні рухливі ігри, які повинні бути цікавими, зрозумілими й учні прагнуть у них грати), а протікання біохімічних процесів в організмі учнів під час рухової діяльності залежить від їхнього настрою і ставлення до ігор: при *позитивних емоціях* зрушення у протіканні цих процесах бувають суттєвими. Через отримання задоволення від рухливих ігор невдачі дітей будуть переживатися ними не так гостро, тому матимуть менш негативний вплив на виховання наполегливості. Звичайно, заради переслідування емоційної привабливості рухливих ігор у процесі позакласної діяльності їх не можна перетворювати у розважальний захід. Тому вчитель, дбаючи про змістовність позакласної роботи, ретельно добирає засоби і методи організації занять [54, с. 197].

Дотримання принципу доступності. Процес виховання наполегливості передбачає поетапне досягнення окремих цілей, які забезпечують реалізацію основної мети. Для розвитку вольової сфери молодшого школяра важливо навчити учнів долати перешкоди й уникати труднощів. У працях Л.С. Виготського, К.М. Корнілова, А.Ц. Пуні, П.А. Рудика та ін. висловлюється думка, що виховання вольових якостей вимагає від учнів максимальних зусиль для подолання зовнішніх і внутрішніх труднощів, які

виникають при реалізації дій. Більшість учених наполягають на створенні оптимальних труднощів, що змусить дітей виявляти певні вольові зусилля. Занадто легке завдання неефективне для підтримки виховання наполегливості, проте й надмірно важке може викликати почуття розчарування, зневіри у своїх силах, у перемозі команди. Оптимальні ж труднощі підштовхують учнів до більшої мобілізації можливостей, кидають виклик самолюбству і стимулюють активність школярів, яка направлена на подолання цих труднощів [54, с. 197].

Використання ефекту суперництва. Для виховання наполегливості під час рухливих ігор використовують ефект суперництва – спортивні змагання між класами, школами міста. Підготуватися потрібно до них заздалегідь: продумати одяг, чи його елемент, який відповідав би виготовленій емблемі класу, девізу тощо. Байдужих до цього повідомлення не було ні у жодному класі. Інший метод – показ дітям взірця як орієнтира на рівень засвоєння визначеного завдання. Найкраще використовувати ефект суперництва, коли діти “до відмови” вміють виконувати всі рухи (наприклад, в естафетах). Тоді посилюється вольовий мотив – наполегливість [54, с. 197].

Усвідомлення учнем свого обов’язку і відповідальності [54, с. 198]. Наполегливість найбільш повно проявляється тоді, коли учень несе відповідальність за свій клас, команду, школу тощо. Письменник і учитель Хун Цзичен писав: “Коли хто-небудь з домашніх робить провину, не варто накидатися на нього з докорами, але не потрібно і робити вигляд, начебто нічого не сталося. Якщо про цю провину незручно говорити відверто, скажіть натякаючи, наводячи відповідний до випадку приклад. Якщо Вас не зрозуміють відразу, повторюйте свої наставляння день за днем, і вони вплинуть подібно тому, як весняний вітер розганяє холод і тепле повітря розчиняє лід” [247, с. 379].

За недостатнім розвитком в учня почуття обов’язку виховання наполегливості може не виявлятися у тій мірі, у якій повинна бути. Відомо, що можливий егоїстичний прояв наполегливості у дітей, однак така ситуація

не буде радувати ні педагога, ні батьків. Якщо особистість усвідомлює свій обов'язок, міру відповідальності за розвиток і реалізацію свого таланту, то це свідчить про те, що у неї є всі передумови для саморозвитку наполегливості. Якщо школяр не буде сам прагнути досягти віддаленої мети, ніякі хитрування, допомога дорослих, побої батьків не допоможуть, а викличуть лише злість та лють у нього. "Я засуджую будь-яке насильство у вихованні юної душі, – писав Монтель Мішель де, – що ростуть у повазі до честі і волі. У суворості і примусі є щось рабське, і я знаходжу, що те, чого не можна зробити за допомогою розуму, обачності й уміння, ніяк не можна домагатися силою" [277, с. 271].

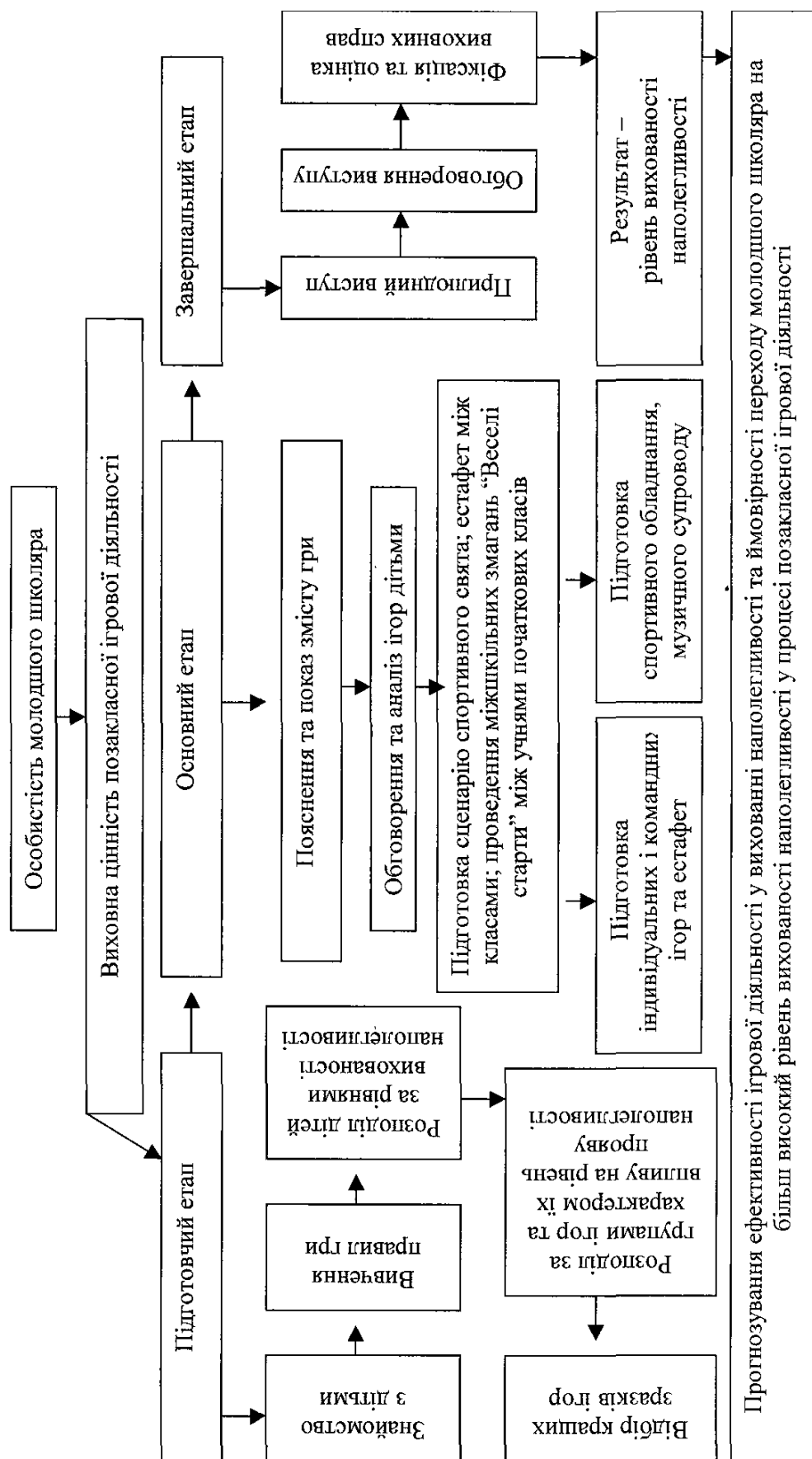
Розвиток волі у дитини – це процес утворення умовних рефлексів, а наполегливість – важлива, емоційно-вольова якість особистості, яка виховується через поступове посилення вимог до молодшого школяра з урахуванням його розумових та фізичних сил, без застосування криків, наказів, покарань.

Від наполегливості потрібно відрізняти негативну якість волі – упертість. Ці вольові якості характеризуються бажанням досягнути мети, проте вперта людина ставить перед собою нереальні цілі і не прислухається до порад інших, а наполеглива – прагне до мети із ясним позитивним характером.

Виховання наполегливості необхідно починати з раннього дитинства, з часу, коли дитина робить перші кроки і промовляє перші слова. Саме головне – привчати її докладати зусилля при виникненні перешкод і енергійно діяти; виховувати уміння доводити до кінця розпочату справу. Позитивну роль у вихованні наполегливості відіграють значимі цілі й усвідомлення відповідальності за доручену справу, які віддзеркалюють цілеспрямованість дитини та її бажання брати участь у тій чи іншій діяльності.

Технологія впровадження вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності в узагальненому вигляді подана на схемі 2.1.

Схема 2.1
Технологія виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності



Таким чином, можна зробити висновки, що розробці конкретної технології виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності передував етап моделювання. Створення педагогічної моделі є дієвим засобом перевірки доцільності й необхідності визначених форм, засобів, принципів і методів виховання. Теоретично обґрунтована технологія вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності засвідчує, що:

- запропонована технологія передбачає визначення завдань, методів, принципів, змісту, форм організації, умов проведення, затрати часу, перевірку аналізів результатів виховної роботи;
- педагогічне керівництво вимагає поетапного введення молодших школярів у позакласну ігрову діяльність, основу якої складають рухливі та українські народні ігри, авторські рухливі ігри, естафети з елементами футболу;
- рухливі ігри та естафети сприяють вихованню вольових якостей, зокрема наполегливості; систематично займатися, слідкуючи, щоб ця якість особистості не переросла впертість;
- щоденне використання рухливих ігор та естафет у позакласній діяльності із дотриманням принципів, сприятиме підвищенню рівня вихованості наполегливості молодших школярів;
- знання молодших школярів про рухливі й українські народні ігри; авторські рухливі ігри, естафети з елементами футболу потрібно систематично перевіряти, удосконалювати, закріплювати на змаганнях, святах тощо й сприяти, щоб ставлення до них було завжди налаштовано емоційно позитивним.

2.3 Порівняльний аналіз результатів дослідження

Ефективність виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності визначалася шляхом порівняння результатів констатувального та формувального етапів експериментальної роботи й з'ясування статистичної достовірності щодо фізичної підготовленості учнів експериментальних і контрольних класів [274; 275].

Після дослідження початкових даних у експериментальних класах для досягнення кращих позитивних результатів у поставленій меті ми керувалися у ході проведення експерименту висновками і рекомендаціями І.Д. Бежа (про психологічні закономірності особистості у молодшому шкільному віці) [162]; О.М. Коберника (про принципи управління виховною діяльністю; про один із основних видів фізично-оздоровчої діяльності – гру) [278]; М.М. Безруких, С.П. Єфімова та ін. (про адаптацію школярів до школи, навчання) [279]; В.Г. Галузяк, І.П. Подласова, В.І. Шахова та ін. (про роль виховання у житті людини) [280-283]; В.І. Селіванова (про організацію ігрової діяльності) [284]; Л.Г. Шевцової (про зміцнення та збереження здоров'я) [213]; Г.Л. Лендрета (про роль дитинства та гри у ньому) [285]; І.П. Павлова (про роль слова у житті людини) [286]; М.Д. Ярмаченка (про педагогічний досвід) [287]; В.С. Язловецького та ін. (про різні аспекти здоров'я) [270-272].

Було взято за девіз слова С.Л. Рубінштейна: „Вивчати дітей, виховуючи їх і виховувати, вивчаючи” [288, с. 5]. Розроблено вирази для самонавіюваної думки під час виховання наполегливості; самонавіювання для виховання наполегливості учнів під час рухливих та народних ігор (додатки А.5, А.6).

Уважне прочитання і ґрунтовний аналіз зарубіжної літератури [289-296], сприяли вивченню досвіду виховання у школах ГДР, ФРГ і як у цих країнах трактувалося, розумілися слова „виховання”; фізичне виховання і здоров'я; норми розвиненого тіла у дітей з спортивної точки зору; правила та мова спорту; виховання у школах Кріфтеля, Верліна та інших.

Визначення у молодших школярів рівнів вихованості наполегливості у

процесі позакласної ігрової діяльності проводилося на початку та у кінці експерименту за спеціально розробленою методикою (див. с. 78-82). Ця методика довела, що вивчена та узагальнена робота, аналіз результатів спостережень за учнями дозволили підтвердити ефективність визначених основних показників виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності (табл. 2.1). Згідно когнітивного, емоційного, мотиваційного і діяльнісного критеріїв та відповідних показників: повноти, системності і міцності знань; модальності, стійкості і вибірковості емоцій; широти, сили і стійкості мотивації; активності і стабільності ігрової діяльності та фізичної підготовленості. Молодшим школярам було запропоновано повторно дати відповіді на запитання (див. додатки Е.1, Е.3). *Фізична підготовленість* оцінювалася за результатами виконання шести тестових вправ, які входять до навчальної програми з фізичної культури [181]. Шкала оцінки результатів випробовувань фізичної підготовленості учнів складалася з суми балів, отриманих за тестові вправи (табл. 2.2). Результати повторних обстежень заносилися до листів оцінювання показників виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності (табл. 2.3). Такі листи дозволяли виявити співвідношення розвитку у школярів кожного компонента та їхнє ставлення до рухливих ігор.

Для перевірки довірчого коефіцієнта різниці між $\bar{x}$. Помилка середнього арифметичного підраховується за формулою:

$$m = \pm \frac{\sigma}{\sqrt{N}}.$$

Визначаємо вірогідність різниці між середніми арифметичними за критерієм “Ст’юдента” (t_{st}):

$$t = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{m^2_{x1} + m^2_{x2}}} \geq t_{st},$$

де t – фактична різниця середніх показників, $\bar{x}_1$ – середні арифметичні варіаційних рядів ($m_{1,2}$), $\bar{x}_1$ і $\bar{x}_2$ – помилки середніх ($m_{1,2}$), t_{st} – вірогідність різниці середніх за Ст’юдентом.

Результати обстежень заносилися до табл. 2.15 динаміки показників вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності.

Таблиця 2.15

Динаміка показників вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності в учнів експериментальних і контрольних класів (%)

Показники	Експериментальний клас								Контрольні класи							
	Етапи дослідження															
	Початкові результати				Кінцеві результати				Початкові результати				Кінцеві результати			
	Рівні навчальних досягнень															
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Повнота знань	35	24	17	24	0	7	23	70	34	27	20	19	10	25	27	38
Системність знань	18	10	47	25	0	5	12	83	20	5	58	17	12	3	45	40
Міцність знань	22	15	36	27	0	0	33	67	18	18	40	24	12	25	40	23
Модальність емоцій	20	18	47	15	0	8	30	62	22	19	44	15	15	25	46	14
Стійкість емоцій	15	37	41	7	0	5	43	52	10	27	35	28	4	17	48	31
Вибірковість емоцій	16	24	48	12	0	0	36	64	12	27	44	17	0	4	60	36
Широта мотивації	12	12	48	28	0	4	36	60	8	20	56	16	0	8	44	48
Сила мотивації	26	6	44	24	0	0	48	57	23	10	39	28	10	12	58	20
Стійкість мотивації	7	25	39	29	0	0	54	46	12	17	28	43	7	24	47	22
Активність під час позакласної ігрової діяльності	14	8	65	13	0	0	24	76	8	22	47	23	4	12	64	20
Стабільність під час позакласної ігрової діяльності	4	10	58	28	0	0	18	82	0	4	60	36	0	0	68	32
Фізична підготовленість	0	0	64	36	0	0	36	64	0	0	72	28	0	0	68	32

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між χ^2 засвідчив такі дані між ЕК та КК: початкові результати (1 рівень навчальних досягнень – 0,04; 2 р.н.д. – 0,02; 3 р.н.д. – 0,02; 4 р.н.д. – 0,10); кінцеві результати (1 р.н.д. – 0,6; 2 р.н.д. – 0,6; 3 р.н.д. – 0,7; 4 р.н.д. – 0,07).

Отже, порівняльний аналіз на початковому і кінцевому етапах досліджень показників вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності в учнів експериментальних і контрольних класів засвідчив, що існує певна позитивна динаміка у формуванні досліджуваного особистісного новоутворення в учнів експериментальних класів (див. рис. 2.13):

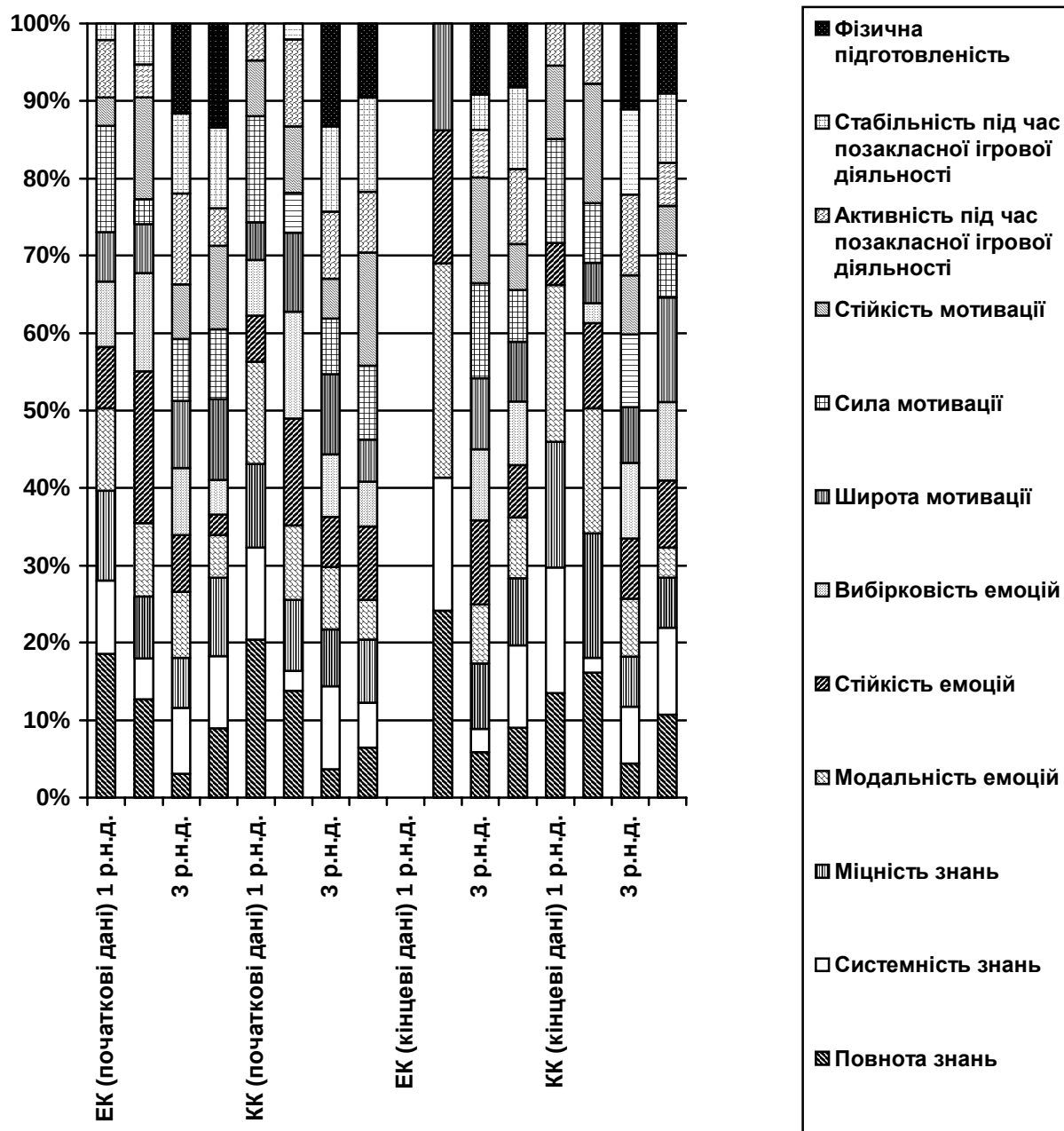


Рис. 2.13. Динаміка початкових і кінцевих обстежень вихованості наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності в учнів ЕК та КК (%)

Когнітивний критерій:

- на етапі констатувального експерименту кращі результати на початковому рівні навчальних досягнень були в учнів контрольних класів – 72 %, в експериментальних класів – 75 %, кінцеві результати кращі в ЕК – 0 %, гірші в КК – 34 %;
- на початковому етапі низькі показники в учнів ЕК і КК з повноти знань про рухливі ігри (відповідно 35 % і 34 %), а на кінцевому етапі з системності і міцності знань (КК – 12 %, ЕК – 0 %);
- за початковими даними, високий рівень навчальних досягнень учнів ЕК у міцності знань – 27 %, а КК – 24 %; а кінцевий найбільший показник в ЕК з системності знань – 83 %, відповідно у КК – 40 %.

За початковими результатами дослідження показників когнітивного критерію (повнота, системність і міцність знань) можна зробити висновок, що учні мають безсистемні знання загального характеру. У показниках ЕК та КК немає великих розбіжностей у початкових результатах на усіх чотирьох рівнях навчальних досягнень.

Таблиця 2.16

Динаміка показників ЕК та КК за когнітивним критерієм (у %)

Класи	Повнота знань				Системність знань				Міцність знань			
	Етап дослідження											
	початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані	
	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники
ЕК	35	27	0	70	18	83	0	83	22	67	0	67
КК	34	24	10	38	20	40	12	40	18	23	12	23

На завершальному етапі дослідження в ЕК на високому рівні навчальних досягнень показники зростають удвічі, порівняно з показниками у КК (повнота знань: КК – 38 %, ЕК – 70 %; системність знань: КК – 40 %, ЕК – 83 %; міцність знань: КК – 23 %, ЕК – 67 %) (див. табл. 2.16).

Емоційний критерій:

- на етапі констатувального експерименту кращі результати на початковому рівні навчальних досягнень були в учнів КК – 44 %, а ЕК – 51 %, кінцеві результати кращі в ЕК – 0 %, ніж у КК – 19 %;

- найгірші початкові і кінцеві результати показали учні КК та ЕК з модальності емоцій (початкові дані: КК – 22 %, ЕК – 20 %; кінцеві дані: КК – 15 %, ЕК – 0 %);

- за початковими даними, найбільші показники високого рівня навчальних досягнень в учнів КК зі стійкості емоцій – 28 %, а ЕК з модальності емоцій – 15 %, за кінцевими даними найбільші показники в ЕК і КК з вибірковості емоцій (відповідно 64 % і 36 %).

Результати дослідження показників емоційного критерію (модальність, стійкість і вибірковість емоцій) засвідчують, що в учнів переважають нестійкі емоції, вони змінюються залежно від емоційного настрою, від ситуації та оточення школяра під час рухливих ігор, які проводилися у позакласній діяльності. Між показниками ЕК та КК великих розбіжностей у початкових результатах немає на з чотирьох рівнів навчальних досягнень.

Згідно кінцевих даних високі показники в ЕК порівняно з КК зростають майже у двічі (модальність емоцій: КК – 14 %, ЕК – 62 %; стійкість емоцій: КК – 31 %, ЕК – 52 %; вибірковість емоцій: КК – 36 %, ЕК – 64 %). Це свідчить про те, що систематична робота в ЕК сприяла покращенню емоційного стану молодших школярів у позакласній ігровій діяльності (див. табл. 2.17).

Мотиваційний критерій:

- на етапі констатувального експерименту кращі результати на початковому рівні навчальних досягнень виявляють учні ЕК – 45 %, КК – 43 %, кінцеві результати кращі в ЕК – 0 %, ніж КК – 17 %;

Динаміка показників ЕК та КК за емоційним критерієм (у %)

Класи	Модальність емоцій				Стійкість емоцій				Вибірковість емоцій			
	Етап дослідження											
	початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані	
	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники
ЕК	20	15	0	62	15	7	0	52	16	12	0	64
КК	22	15	15	14	10	28	4	31	12	17	0	36

– на початковому і кінцевому етапах дослідження найгірші результати в учнів ЕК і КК з сили мотивації позакласної ігрової діяльності (початкові дані: ЕК – 26 %, КК – 23 %; кінцеві дані: ЕК – 0 %, КК – 10 %);

– за початковими даними найбільший показник високого рівня навчальних досягнень у КК зі стійкості мотивацій – 43 %, тоді як в ЕК лише 29 %, за кінцевими даними, найбільший показник в ЕК з широти мотивацій – 60 % (у КК – 48 %).

Порівняння початкових і кінцевих результатів дослідження за мотиваційним критерієм (широта, сила та стійкість мотивації) засвідчує перебіг мотиваційних спрямувань, які спонукають молодших школярів до рухливих ігор (чи з інтересом грає в ігри учень; чи зникає у школяра інтерес до рухливих ігор залежно від несприятливої ситуації та оточення).

Результати переконують, що учнів 1-4 класів характеризує нестійка сила мотивацій, яка характеризується тим, чи з інтересом грають у рухливі ігри молодші школярі. Між показниками ЕК та КК суттєвих розбіжностей у

початкових результатах немає за жодним з чотирьох рівнів навчальних досягнень.

За кінцевими даними, високі показники в ЕК зростають майже удвічі (широта мотивації: КК – 48 %, ЕК – 60 %; сила мотивацій: КК – 20 %, ЕК – 57 %; стійкість мотивації: КК – 22 %, ЕК – 46 %) (див. табл. 2.18).

Таблиця 2.18

Динаміка показників ЕК та КК за мотиваційним критерієм (у %)

Класи	Широта мотивацій				Сила мотивацій				Стійкість мотивацій			
	Етап дослідження											
	початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані		початкові дані		кінцеві дані	
	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники
ЕК	12	28	0	60	26	24	0	57	7	29	0	46
КК	8	16	0	48	23	28	10	20	12	43	7	22

Діяльнісний критерій:

– на етапі констатувального експерименту кращі результати на початковому рівні навчальних досягнень у сумі були в учнів контрольних класів – 8 %, експериментальних класів – 28 %, кінцеві результати кращі в учнів ЕК – 0 %, ніж КК – 4 %;

– за початковими і кінцевими даними, найгірші результати в учнів ЕК та КК з активності у позакласній ігровій діяльності (початкові дані: ЕК – 14 %, КК – 8 %, кінцеві дані: КК – 4 %, ЕК – 0 %);

– початкові найбільші показники високого рівня навчальних досягнень показали учні КК зі стабільності під час позакласної ігрової діяльності (36 %),

а учні ЕК з фізичної підготовленості (36 %), а кінцеві найбільші показники виявили учні експериментальних і контрольних класів зі стабільності під час позакласної ігрової діяльності (відповідно 82 % і 32 %). 32 % – також найбільший показник із фізичної підготовленості в КК.

Початкові результати дослідження показників діяльнісного критерію (активність і стабільність під час позакласної ігрової діяльності та фізична підготовленість) отримано через оцінювання школярів за такими показниками, які притаманні даному віку: багато рухається, рухається при потребі, під час рухливих ігор; активно засвоює нові рухи; вміє планувати і самостійно проводити різні рухливі ігри; розвиває свої фізичні якості; систематично виконує домашні завдання з фізичної культури; бере активну участь у шкільних фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах; займається у фізкультурному гуртку (спортивній секції); систематично виконує самостійно фізичні вправи. За 12-бальною системою оцінювалося виконання учнями шести тестових вправ, які входять до навчальних програм з основ здоров'я і фізичної культури.

Між показниками і учнів експериментальних і контрольних класів розходжень у результатах констатувального експерименту немає в жодному з чотирьох рівнів навчальних досягнень.

Формувальний експеримент засвідчив, що на високому рівні навчальних досягнень показники експериментальних класів були майже утричі вищі, ніж показники контрольних класів (активність: КК – 20 %, ЕК – 76 %; стабільність під час позакласної ігрової діяльності: КК – 32 %, ЕК – 82 %; фізична підготовленість: КК – 32 %, ЕК – 64 %) (див. табл. 2.19).

Порівняльний аналіз показників експериментальних і контрольних класів за рівнями навчальних досягнень (табл. 2.15) засвідчує їхню динаміку. В експериментальних класах за кінцевими результатами початковий рівень навчальних досягнень має нульовий показник за всіма критеріями, а високий рівень навчальних досягнень зріс майже вдвічі.

Динаміка показників ЕК та КК за діяльнісним критерієм (у %)

Класи	Активність під час позакласної ігрової діяльності				Стабільність під час позакласної ігрової діяльності				Фізична підготовленість			
	Етап дослідження											
	Початкові дані		Кінцеві дані		Початкові дані		Кінцеві дані		Початкові дані		Кінцеві дані	
	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники	Низькі показники	Високі показники
ЕК	14	13	0	76	4	28	0	82	0	36	0	64
КК	8	23	4	20	0	36	0	32	0	28	0	32

Врахувавши результати констатувального експерименту, проведеного в ЕК та КК, здійснено повторний умовний розподіл учнів на 4 групи залежно від їхнього ставлення до рухливих ігор у позакласній діяльності:

- перша – з негативним ставленням до рухливих ігор у позакласній діяльності;
- друга – з ситуативним ставленням до рухливих ігор у позакласній діяльності;
- третя – з пасивно-позитивним ставленням до рухливих ігор у позакласній діяльності;
- четверта – з позитивним дійовим ставленням до рухливих ігор у позакласній діяльності (див. табл. 2.20 та рис. 2.14).

На основі даних В.Т. Ткаченка про впровадження футболу у школі та його значення для дітей молодшого шкільного віку та програми для загальноосвітніх навчальних закладів (1-11 класи) розроблено систему авторських рухливих ігор з елементами футболу (див. додаток М.1), які підтвердили свою ефективність у констатуючому експерименті.

Результати обстежень ставлення молодших школярів
ЕК та КК до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності

Класи, %	Етап дослідження	Ставлення учнів до рухливих ігор у позакласній діяльності			
		Негативне	Ситуативне	Пасивно- позитивне	Позитивне дійове
ЕК	початкові дані	15	36	45	4
	кінцеві дані	0	10	45	45
Зміни		-15	-26	0	41
КК	початкові дані	12	35	50	3
	кінцеві дані	0	10	68	22
Зміни		-12	-25	18	19

Динамічні зміни у ставленні до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності спостерігалось як серед учнів експериментальних класів: (негативне ставленням – (-15 %); ситуативне – (-26 %); пасивно-позитивне – (0 %); позитивне дійове – (41 %), так і серед учнів у контрольних класів: (негативне ставленням – (-12 %); пасивно-позитивне – (18 %); ситуативне – (-25 %); позитивне дійове – (19 %).

Отже, порівнявши результати вихованості наполегливості у молодших школярів, ми дійшли таких висновків:

- *високий рівень* виявили 45% молодших школярів ЕК та 22 % учнів КК у кінцевих результатах. Вони характеризуються позитивним дійовим ставленням до ігор, здатністю не відступати перед труднощами при досягненні перемоги у грі за будь-яких умов. Словесна підтримка дорослого їм не потрібна, бо вони вже врахували до цього його зауваження, побажання тощо;

- *середній рівень* показали 45 % молодших школярів ЕК та 68 % учнів КК. Діти з середнім рівнем навчальних досягнень виявили пасивно-позитивне ставлення до ігор. До цього рівня відносяться учні 1-4 класів, які прагнуть долати перешкоди, щоб виграти гру, але після кількох невдач можуть відмовитися від поставленої мети. Словесна підтримка дорослого є обов'язковою не для всіх учнів, а лише для деяких;

- *низький рівень* демонструють 10 % молодших школярів ЕК та КК у кінцевих результатах. Це учні з ситуативним ставленням до ігор. Зовсім не має учнів в ЕК та КК, які б негативно ставилися до рухливих ігор. Учні 1-4 класів характеризуються нестійкими емоціями. Не прагнуть докладати певних зусиль, відмовляються від перемоги при виникненні найменших перешкод. Грають в ігри зі слабким інтересом, епізодичною активністю під час їх проведення. Словесна підтримка вчителя не дає бажаних результатів.

У формувальному експерименті повторно було визначено індекс фізичного розвитку (ІФР) молодших школярів.

Як бачимо з табл. 2.21 та рис. 2.14 ІФР в експериментальних класів змінився.

Найбільший відсоток учнів мають в кінцевому обстеженні 4 групу (85 %), перша та друга групи відсутні, а п'ята група під час порівняння зменшилася майже в шість разів.

Це свідчить про те, що більшість (85 %) учнів ЕК активні, рухливі, емоційні, за темпераментом переважно сангвініки, рідко – холерики. Рухи у таких дітей узгоджені і дуже скоординовані. Такі діти якісно і з легкістю виконують одноманітні вправи до втоми. У тих випадках, коли потрібно проявити швидкість, виявляють себе гірше. Найчастіше свої сили оцінюють об'єктивно, похвалу пам'ятають дуже довго у деталях.

У контрольних класів як на констатувальному, так і на формувальному етапах експерименту, відсоток учнів не змінився у третій та четвертій групах (26,4 та 69,2). Найбільший відсоток молодших школярів припадає на п'яту групу ІФР (69,2).

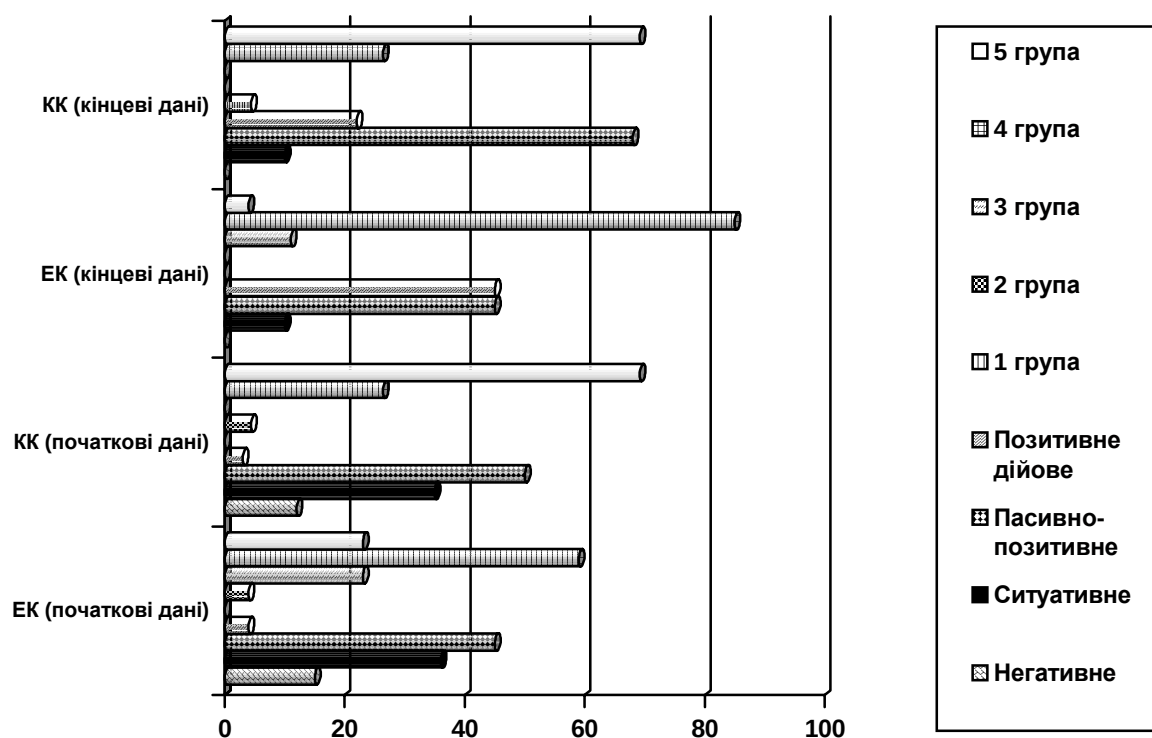


Рис. 2.14. Динаміка обстежень ставлення учнів ЕК та КК до рухливих ігор у процесі позакласної діяльності; ІФР (%)

Таблиця 2.21

Динаміка ІФР учнів ЕК та КК (у %)

Класи	Етап дослідження	Групи ІФР				
		1	2	3	4	5
ЕК	початкові дані	0	4	23	50	23
	кінцеві дані	0	0	11	85	4
Зміни		0	-4	-12	35	-19
КК	початкові дані	0	4,4	0	26,4	69,2
	кінцеві дані	4,4	0	0	26,4	69,2
Зміни		4,4	-4,4	0	0	0

П'яту групу складають учні худорляві, слабенькі, хворобливі, з порушеною поставою, невпевнені в собі, за темпераментом – холерики або

[illegible]

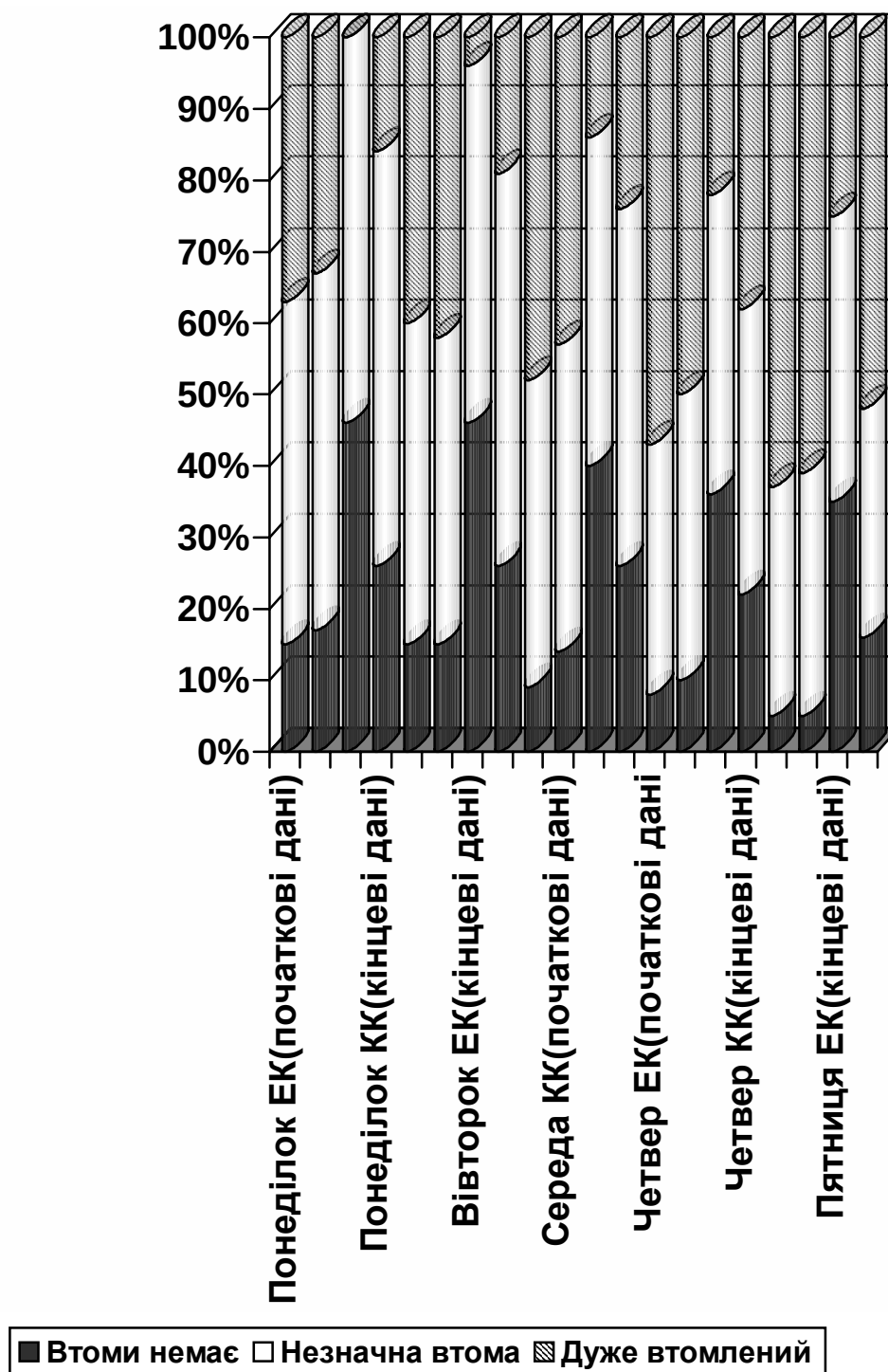


Рис. 2.15. Динаміка фізичного стану учнів за показниками втоми молодших школярів при використанні рухливих ігор у процесі позакласної діяльності у недільному циклі в ЕК і КК (%)

Визначалася загальна кількість учнів експериментальних і контрольних класів у %, які надавали перевагу одному з критеріїв:

- *втоми немає* – високий рівень (3 бали);
- *незначна втома* – достатній (2 бали);
- *дуже втомлений* – низький (1 бал).

Різниця між змінами у показниках експериментальних і контрольних класів наступна:

- *втоми немає*:

понеділок (22 %), вівторок (22 %), середа (19 %), четвер (16 %), п'ятниця (19 %);

- *незначна втома*:

понеділок (6 %), вівторок (-7 %), середа (-4 %), четвер (7 %), п'ятниця (6 %);

- *дуже втомлений*:

понеділок (-20 %), вівторок (-13 %), середа (-15 %), четвер (-23 %), п'ятниця (-29 %).

Крім цього, з метою вивчення міри впливу різних рухливих ігор на емоційний стан молодших школярів на етапі проведення констатувального експерименту було використано методику Л.Н. Собчик, яка базується на дослідженнях М. Люшера, що розкриває зв'язок кольору з емоційним станом людини, та дослідження Г.В. Воробей [255; 268].

За словами І.А. Зязюна, „...чим більше позитивної почуттєвості одержує дитина у перші шкільні роки, тим необхіднішою буде потреба у самоствердженні її життєвою радістю і любов'ю від процесу навчання, від спілкування з учителем, з учнями у школі. Це спрацьовуватиме довічно і сприятиме переходу навчання у самонавчання, освіти у самоосвіту, виховання у самовиховання” [298, с. 9].

Молодим педагогам було запропоновано методичні поради щодо кращого впровадження рухливих ігор; метод “Незакінчене речення” (Додаток К).

Дослідження міри впливу рухливої гри на емоційний стан учнів проводився двічі з однією грою: до початку гри та по її закінченню (табл. 2.23, рис. 2.16).

Результати початкових і кінцевих показників впливу рухливої гри вольового спрямування на емоційний стан молодших школярів у процесі позакласної діяльності в ЕК і КК (у %)

Класи	Етап дослідження	Емоційний стан до гри							Емоційний стан після гри						
		Кольори													
		Червоний	Коричневий	Жовтий	Чорний	Зелений	Синій	Фіолетовий	Червоний	Коричневий	Жовтий	Чорний	Зелений	Синій	Фіолетовий
ЕК	початкові дані	15	25	5	5	37	8	5	20	32	5	5	33	0	5
	кінцеві дані	55	28	5	0	12	0	0	60	25	5	0	10	0	0
Зміни		40	3	0	-5	-25	-8	-5	40	-7	0	-5	-13	0	-5
КК	початкові дані	18	25	8	5	35	5	4	25	25	10	5	30	0	5
	кінцеві дані	25	25	10	5	25	5	5	34	15	12	5	29	0	5
Зміни		7	0	2	0	-10	0	1	9	-10	2	0	-1	0	0

Отже, виходячи з результатів опитування молодших школярів до початку гри та по її закінченню, показники змін емоційного стану між ЕК та КК такі:

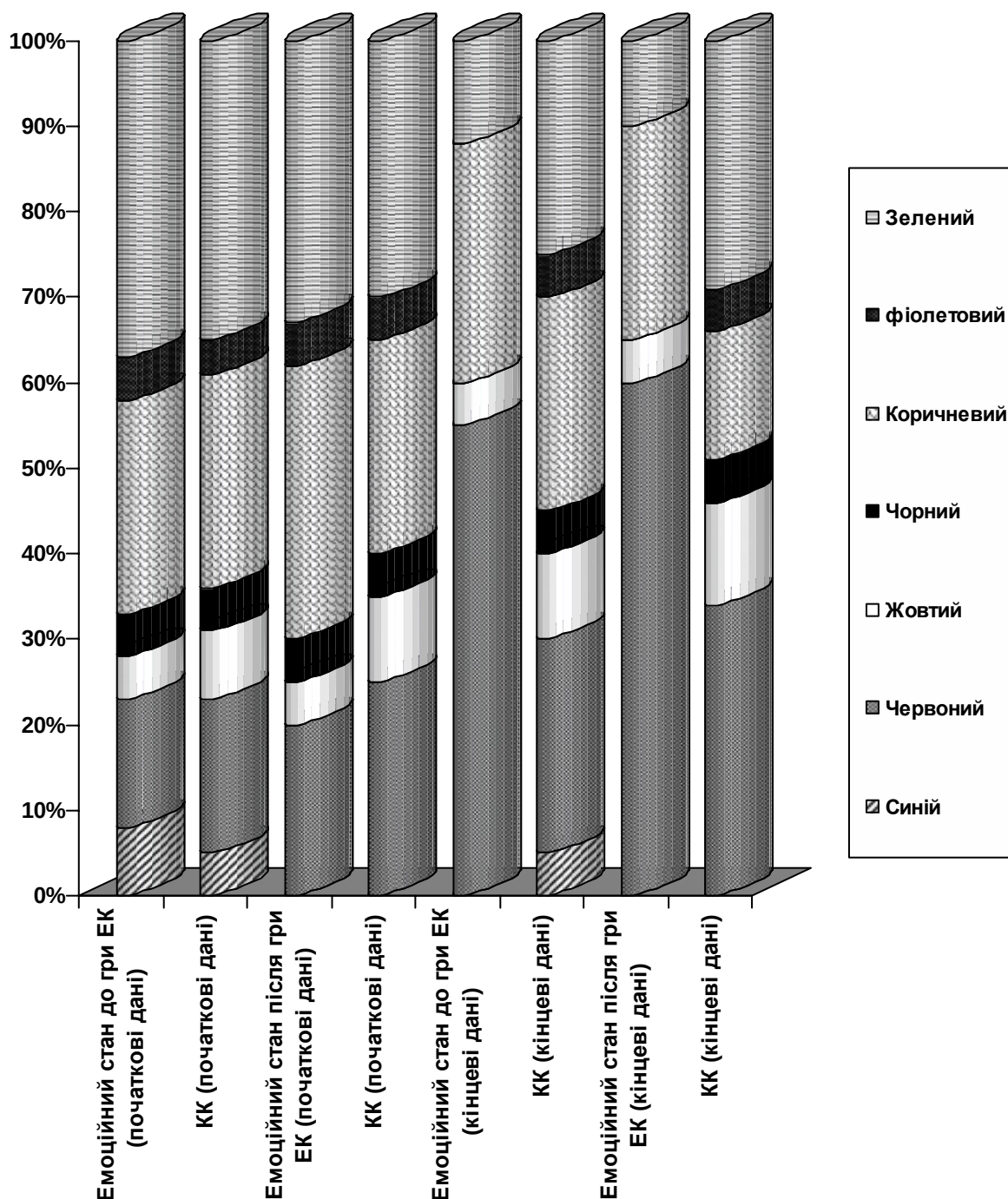
- *емоційний стан до гри:*

червоний колір (33 %); коричневий (3 %); жовтий (-2 %); чорний (-5 %); зелений (-15 %); синій (-8 %); фіолетовий (-4 %);

- *емоційний стан після гри:*

червоний колір (31 %); коричневий (3 %); жовтий (2 %); чорний (-5 %); зелений (-12 %); синій (0 %); фіолетовий (-5 %).

Рис. 2.16. Динаміка обстежень показників впливу рухливих ігор на емоційний стан учнів ЕК та КК (%)



Дітям КК було запропоновано повторний тест на прояв елементарних форм швидкості та наполегливості (позначення рисок на аркуші паперу формату А-4 у клітинку три рази по десять секунд).

Перерва для відпочинку становила також десять секунд. Учні за цей час відпочивають, розслаблюють руку, здійснюють гіпервентиляцію легень. За сигналом учителя учні ставлять на другому полі риси також десять секунд. Наступний відпочинок для учнів триває знову десять секунд, після якого на третьому полі за сигналом учителя школярі ставлять знову риси.

Після виконаної роботи учні міняються листочками та підраховують риси на кожному полі окремо й записують результат. Потім кожне поле сумуються і записується загальна кількість рисок.

Цей тест відображає об'єктивний результат розвитку психічних процесів; процесів збудження та гальмування у центральній нервовій системі (ЦНС) кожного учня, а також можливість визначення рівня прояву наполегливості при виконанні визначеної роботи.

Експериментальні класи цей тест виконували неодноразово. Результати тестування, проведені в експериментальних і контрольних класах подано у табл. 2.24 та на рис. 2.17.

Таблиця 2.24

Динаміка прояву елементарних форм швидкості та наполегливості
у молодших школярів ЕК і КК (у %)

Класи	Етапи дослідження	Середній результат 1 поля	Середній результат 2 поля	Середній результат 3 поля	Загальна сума рисок
ЕК	початкові дані	30	35	37	102
	кінцеві дані	38	48	50	146
Зміни		8	7	27	42
КК	початкові дані	31	35	38	104
	кінцеві дані	34	39	41	114
Зміни		3	4	3	10

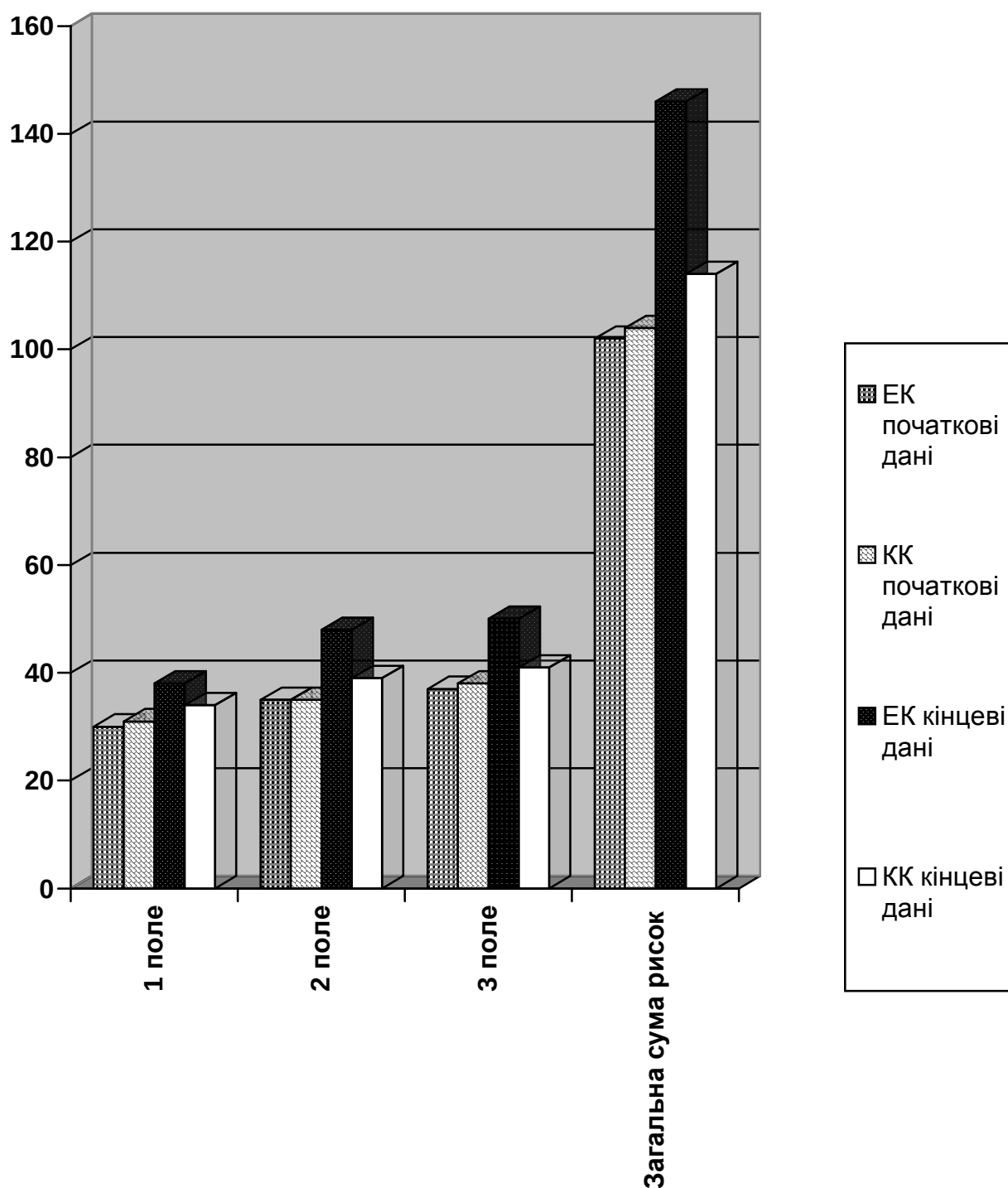


Рис. 2.17. Динаміка прояву елементарних форм швидкості та напольгливості ЕК та КК (%)

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між ЕК та КК засвідчив такі дані: початкові результати – 0,2; кінцеві результати – 1,5. Ці дані свідчать про те, що результати є достовірними.

Отже, за кінцевими даними проведеного тесту приріст результатів в експериментальних класах у чотири рази більший, ніж у контрольних класах. Різниця загальних сум рисок в експериментальних класах становить сорок два, а у контрольних класах – десять.

Молодші школярі ЕК і КК повторно пройшли перевірку визначення кистьової динамометрії. ЕК цей тест виконував періодично (чотири рази на рік) (див. табл. 2.25).

Таблиця 2.25

Динаміка показників кистьової динамометрії молодших школярів
ЕК і КК (кг)

Класи	Етапи дослідження	Хлопці		Дівчатка		Сума кг
		права рука	ліва рука	права рука	ліва рука	
ЕК	початкові дані	12	10	10	9	41
	кінцеві дані	16	13	12	11	52
Зміни		4	3	2	2	9
КК	початкові дані	12	10	10	10	42
	кінцеві дані	15	13	12	10	50
Зміни		3	3	2	0	8

За результатами кистьової динамометрії можна зробити висновок: початкові й кінцеві показники прояву сили у школярів ЕК і КК майже однакові – 9 та 8 кілограмів у формуальному експерименті.

Для перевірки якості знань учнів про фізичну культуру школярам експериментальних класів та контрольних класів була запропонована анкета, мета якої у визначенні загальної обізнаності молодших школярів про здоров'я (див. додаток Е.2).

Щоб підвищити ефективність самостійних занять у сім'ї, повторно було проведено анкетування серед батьків (див. додаток Л).

Загалом батьки КК посередньо орієнтуються у запитах своєї дитини, мало знають рухливих ігор, українських народних ігор, а тим паче майже не грають у них з дітьми.

Батьки ж учнів експериментальних класів після проведених чотирьох бесід почали більше часу приділяти своїм дітям: прогулянки з іграми; вправа-гра для вивчення нових ігор (дитина називає гру, а батьки, родичі і т.д. по чергово продовжують називати гру на ту букву, на яку закінчилася попередня назва гри).

Цю гру спочатку однокласники вивчили самі, а потім навчили рідних. Щоб було цікавіше грати, усі учасники користуються підказкою – назви ігор, надруковані на папері, які вони спочатку читають, а згодом вже запам'ятовують.

Батькам дітей ЕК було роздано “Пам'ятку для батьків”, розроблену педагогами і психологами.

Кожному учневі ЕК та КК тричі фіксувалися показники у “Щоденник зміцнення здоров'я”: лікарем – діагноз молодшого школяра; рекомендації медпрацівників та вчителя з основ здоров'я і фізичної культури; рівень розвитку знань з фізичної культури учня; запити дітей у позанавчальний час; фізичний розвиток і функціональний стан організму та його зміна в динаміці; результати державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школяра; індекс фізичного розвитку. Це спонукало учнів до виховування у собі волі і наполегливості в навчально – виховному процесі з фізичного виховання.

Восьме завдання дослідження полягало у повторній перевірці рівня досягнень молодших школярів за п'ятьма факторами основ здоров'я і фізичної культури (за 12 бальною системою оцінювання) (див. табл. 2.26 та рис.2.18).

Показники навчальних досягнень молодших школярів з основ здоров'я і фізичної культури молодших школярів ЕК та КК
(за 12 бальною системою оцінювання)

Оцінка за факторами	Етапи дослідження	Фактори				
		Оцінка з фізичної культури	Відвідування уроків фізичної культури (на одного учня), разів	Активність на уроках, участь у змаганнях	Культура рухів	Якому віку (за тестами) відповідає фізичний розвиток учня
ЕК	початкові дані	9,3	9,4	9,3	9,3	8,1
	кінцеві дані	9,8	3,5	10,2	9,8	9,1
Зміни		0,5	-5,9	0,9	0,5	1
КК	початкові дані	9,3	1,9	9,8	9,8	8,2
	кінцеві дані	9,3	2,8	9,7	9,7	9,1
Зміни		0	0,9	-0,1	-0,1	0,9

Результати показників перевірки досягнень молодших школярів з факторів основ здоров'я і фізичної культури в експериментальних і контрольних класах показали:

- оцінка з фізичної культури в ЕК підвищилася від 9,3 до 9,8 бала, а у КК залишилася без змін на рівні 9,3 бала;
- кількість відвідуваних уроків фізичної культури (на одного учня) в експериментальних класах зменшилася з 9,4 до 3,5 разів, а у контрольних класах збільшилася від 1,9 до 2,8 разів;

- *активність на уроках, участь у змаганнях* – в експериментальних класах цей показник збільшився на 0,9, а у контрольних класах навпаки – зменшився на 0,1;
- *культура рухів* в учнів ЕК збільшилася на 0,5, у КК навпаки – зменшилася на 0,1;
- *вік (за тестами), якому відповідає фізичний розвиток учня* – між ЕК та КК показник збільшився майже однаково: 1 та відповідно 0,9.

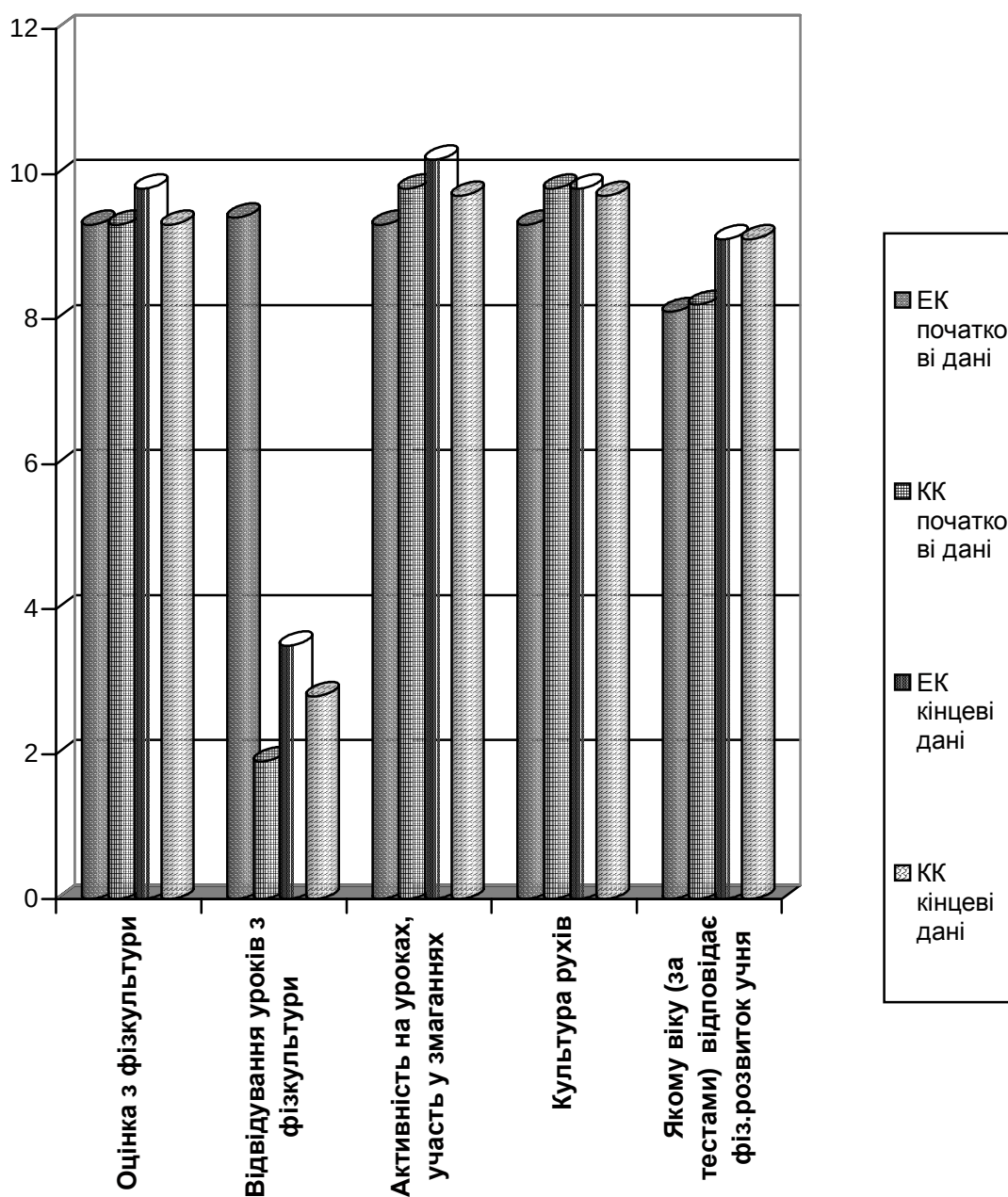


Рис. 2.18. Динаміка навчальних досягнень молодших школярів з основ здоров'я і фізичної культури школярів (за 12 бальною системою оцінювання)

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між експериментальними та контрольними класами засвідчив такі дані під час проведених експериментів: початкові результати – 0,4; кінцеві результати – 0,12.

Ці дані свідчать про те, що результати є достовірними.

Отже, в ЕК діти відповідальніше й наполегливіше стали відноситися до відвідування уроків фізичної культури, тому кількість пропусків зменшилася майже у три рази, а у КК погіршилося відвідування учнями уроків фізичної культури на 0,9 рази.

Оцінки з фізичної культури в ЕК покращилися на 0,5 бала, а у КК результат не змінився.

Такі показники, як активність на уроках, участь у змаганнях, культура рухів в ЕК покращилися на 0,9 і 0,5 відповідно, а у КК навпаки – погіршилися (-0,1). Вік (за тестами), якому відповідає фізичний розвиток учнів експериментальних і контрольних класів, майже однаковий – 1 і 0,1 відповідно.

Наступне завдання дослідження полягало в обстеженні та фіксуванні кінцевих показників фізичного розвитку учнів ЕК та КК (див. рис. 2.19 та табл. 2.27).

Результати початкових і кінцевих обстежень показників фізичного розвитку молодших школярів засвідчили, що великої різниці між експериментальними та контрольними класами майже не існує, або не існує взагалі. Це свідчить про те, що молодші школярі експериментальних і контрольних класів розвиваються відповідно своєму вікові, не маючи ніяких відхилень у фізичному розвитку.

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між експериментальними та контрольними класами засвідчив такі дані під проведених експериментів: початкові результати – 0,05; кінцеві результати – 0,008.

Ці дані свідчать про те, що результати є достовірними.

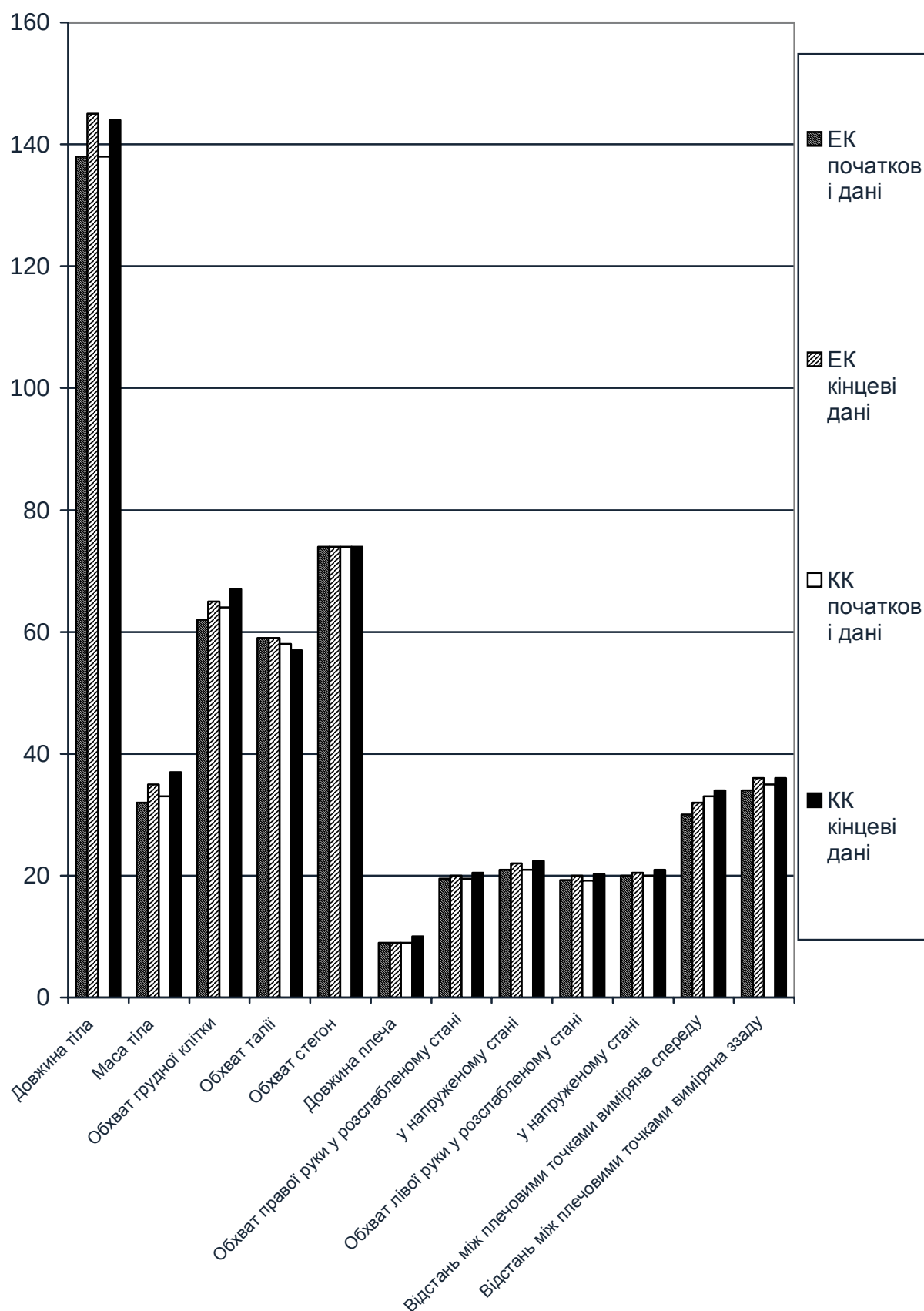


Рис. 2.19. Динаміка фізичного розвитку учнів ЕК та КК

Динаміка фізичного розвитку молодших школярів ЕК та КК за період експерименту

Зміни	КК		Зміни	ЕК		Класи
	кінець дані	почат дані		кінець дані	почат дані	
6	144	138	7	145	138	Довжина тіла (ДТ), см
4	37	33	3	35	32	Маса тіла (МТ), кг
3	67	64	3	65	62	Обхват грудної клітки (ОГК), см
3	40	37	4	39	35	Належна маса тіла (НМ), см
-1	3	4	1	4	3	Різниця між НМ і МТ, кг
-1	57	58	0	59	59	Обхват талії (ОТ), см
0	74	74	0	74	74	Обхват стегон (ОС), см
1	10	9	0	9	9	Довжина плеча (ДП), см
1	20,5	19,5	0,5	20	19,5	Обхват правої руки (ОПР):- у розслабленому стані, см
1,4	22,4	21	1	22	21	- у напруженому стані, см
1	20,2	19,2	0,7	20	19,3	Обхват лівої руки (ОЛР): - у розслабленому стані, см
1	21	20	0,5	20,5	20	- у напруженому стані, см
2	34	33	2	32	30	Відстань між плечовими точками, виміряна спереду (ПТС), см
2	36	35	2	36	34	Відстань між плечовими точками, виміряна ззаду (ПТЗ), см

Десятим завданням нашого дослідження було простежити зміни у показниках обстеження державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів ЕК і КК (табл. 2.28).

Динаміка початкових і кінцевих показників державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів ЕК та КК

Класи	Етапи дослідження	Показники													
		Біг на 30 м, с.	Біг на витривалість, м	Стрибок у довжину з місця, см	Підтягування, разів	Човниковий біг 4X9 м, с	Нахили тулуба вперед з положення сидячи, см	Біг на 1000 м, хв., с.	Піднімання в сід за 1 хв., разів	Присідання за 1 хв, разів	Присідання на одній нозі тримаючись за опору, разів	Згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, р	Стрибки через скакалку, разів	Кількість кидків м'яча до стіни з відстані 1,5 м за 30 с	Лягти – сісти з В.п. лежачи за 1 хв.,р.
Е	П	5,8	502	140	6	12.2	10	5,1	32	37	8	13	39	10	28
К	К	5,3	1045	160	13	11.7	15	4,7	44	57	18	23	76	29	47
Зміни		0,5	543	20	7	0,5	5	0,4	12	20	10	10	37	19	19
К	П	5,7	529	138	5	12,1	12	5,3	32	39	9	12	31	10	28
К	К	5,5	626	147	6	11,9	14	5,1	37	49	11	14	39	15	36
Зміни		0,2	97	9	1	-0,2	2	0,2	5	10	2	2	8	5	8

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між експериментальними та контрольними класами засвідчив такі дані під проведених експериментів: початкові результати – 0,004; кінцеві результати – 0,2. Ці дані свідчать про те, що результати є достовірними.

Результати початкових і кінцевих обстежень державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів експериментальних і контрольних класів засвідчили такі зміни у показниках:

- біг на 30 м – ЕК приріст 0,5; КК – 0,2;
- біг на витривалість – ЕК приріст 543; КК – 97 (різниця у 5,6 разів);
- стрибки у довжину з місця – експериментальний клас приріст 20; контрольний клас – 9 (різниця у 2 рази);
- підтягування – ЕК зміни 7; КК – 1 (різниця у 7 раз);
- човниковий біг 4x9 м – ЕК зміни 0,5; КК – (-0,2);
- гнучкість – ЕК зміни 5; КК – 2 (різниця у 2,5 рази);
- біг на 1000 метрів – ЕК зміни 0,4; КК – 0,2;
- прес – ЕК зміни 12; КК – 5 (різниця 2,5 рази);
- присідання за 1 хвилину – ЕК зміни 20; КК – 10 (різниця у 2 рази);
- присідання на одній нозі тримаючись за опору – ЕК зміни 10; КК – 2 (різниця у 5 разів);
- віджимання – ЕК зміни 10; КК – 2 (різниця у 5 разів);
- стрибки через скакалку – ЕК зміни 37; КК – 8 (різниця у 5 разів);
- кількість кидків м'яча до стіни з відстані 1,5 м за 30 секунд – ЕК зміни 19; КК – 5 (різниця у 4 рази);
- лягти – сісти з вихідного положення лежачи за 1 хв. – ЕК зміни 19; КК – 8 (різниця у 2,5 рази).

Останнє завдання дослідження на формувальному етапі експерименту передбачало повторне вимірювання показників функціонального стану організму і простеження динамічних змін у показниках (див. табл. 2.29).

Результати початкових і кінцевих обстежень функціонального стану організму і динаміки його зміни в учнів експериментальних та контрольних класів дають можливість зробити такі висновки:

- частота серцевих скорочень (ЧСС) у спокої, сидячи – ЕК зміни (-3); КК – 2;
- ЧСС у спокої, стоячи – ЕК зміни (-5); КК – 2;
- артеріальний тиск у стані спокою Мах (мм/рт.ст) – ЕК зміни 3; КК – 2;
- артеріальний тиск у стані спокою Мін (мм/рт.ст) – ЕК зміни 3; КК – 1.

Результати початкових і кінцевих обстежень функціонального стану
організму і динаміки його зміни в учнів ЕК та КК

Класи	Етапи дослідження	Показники											
		ЧСС спокою, сидячи (уд/хв)	ЧСС спокою, стоячи (уд/хв)	Різниця між показниками ЧСС (уд/хв)	Артеріальний тиск у стані спокою (Max мм/рт.ст.)	(Мін мм/рт.ст.)	ЧСС після присідань на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину	(Max АТ, мм/рт. Ст.)	(Мін мм/рт.ст.)	Тривалість затримки дихання після вдиху, с.	Тривалість затримки дихання після видиху, с.	Індекс гіпоксії	ЖЄЛ
ЕК	П	85	88	3	95	57	133	129	83	16	9	10	1238
	К	82	83	1	98	60	120	120	77	32	17	5	1702
Зміни		-3	-5	-2	3	3	-13	-9	-6	6	8	-5	464
КК	П	85	88	3	97	57	142	135	81	18	9	10	1352
	К	83	86	3	99	58	138	135	81	23	12	8	1685
Зміни		2	2	0	2	1	-4	0	0	5	3	-2	333

- ЧСС після присідання на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину
Max (мм/рт.ст) – школярів експериментальних класів зміни (-13); школярів контрольних класів – (-4);
- ЧСС після присідання на обох ногах, руки за голову за 1 хвилину
Мін (мм/рт.ст) – школярів експериментальних класів зміни зміни (-6), а у школярів контрольних класів – 0;
- тривалість затримки дихання після вдиху – у школярів експериментальних класів – 6, у школярів контрольних класів – 5;

- тривалість затримки дихання після видиху – у школярів експериментальних класів різниця – 8, а в школярів контрольних класів – 3;
- індекс гіпоксії – у школярів експериментальних класів зміни (-5), а в школярів контрольних класів – (-2);
- ЖЕЛ – в учнів експериментальних класів різниця – 464; в учнів контрольних класів – 333 мл. повітря.

Аналіз довірчого коефіцієнта різниці між експериментальними та контрольними класами засвідчив такі дані під проведених експериментів: початкові результати – 0,002; кінцеві результати – 0,002. Ці дані свідчать про те, що результати є достовірними.

На основі констатувального та формувального експериментів досліджень виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності нами було опубліковано статті [299-304], у яких стисло висвітлено етапи досліджень: користування “Щоденником зміцнення здоров’я” для формування наполегливості молодших школярів; визначення ступінь втомленості молодших школярів; проведення анкетування з учнями 1-4 класів; оцінювання учнів з фізичної підготовленості за результатами виконання ними шести тестових вправ, які передбачені навчальною програмою з фізичної культури і т.д.

У той же час невирішеними залишаються напрями перспективних досліджень, серед яких: перевірка вихованості наполегливості школярів у сім’ї засобами рухливих ігор та виділення рівнів; вплив засобів комунікацій на виховання наполегливості школярів після закінчення уроків та ступінь цих проявів; експериментальне перевірення виховного значення рухливих та українських народних ігор для сучасної молоді із визначенням, дотриманням принципів і т.д.

Висновки до другого розділу

Діагностування рівнів вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності здійснювалося на основі одинадцяти показників, які характеризували молодшого школяра з психолого-педагогічної точки зору, перевіряли функціональні можливості та фізичний розвиток його було доведено ефективність даної методики: через показники рівнів виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності; показники ставлення молодших школярів до рухливих ігор у позакласній діяльності; групи ІФР; показники втоми молодших школярів у позакласній ігровій діяльності; показники впливу рухливої гри на емоційний стан молодших школярів у позакласній діяльності; показники тесту взаємозв'язку елементарних форм швидкості та наполегливості; показники кистьової динамометрії; показники рівня розвитку факторів з основ здоров'я і фізичної культури (у 12 бальній системі оцінювання); показники обстеження фізичного розвитку молодших школярів; показники обстеження державних, рухових тестів і нормативів з фізичної підготовленості школярів; показники обстеження функціонального стану організму і змін його в динаміці.

Встановлено, що для виховання наполегливості у молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності, потрібне впровадження відповідної технології, яка сприятиме цьому ефективному процесу. У розробленій технології доведено взаємозалежність усіх її складових, які по чергово та планомірно впливають на вихованість в учнів 1-4 класів.

Розроблено та перевірено ефективність під час педагогічного процесу: педагогічні умови; розподіл за рівнями вихованості наполегливості; розподіл за групами ігор та характером їх впливу на рівень прояву наполегливості; авторські рухливі ігри та естафети з елементами футболу тощо.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідження дає можливість зробити такі висновки:

1. Теоретичний аналіз наукової літератури та практичний досвід з проблеми виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності доводить, що дана проблема є актуальною, адже вона забезпечує подолання негативних тенденцій серед учнів 1-4 класів, пов'язаних з підвищенням їхнім функціонально-емоційним станом та необхідністю виховання морально-вольових якостей. Наполегливість є однією з основних вольових якостей, яка передбачає здатність не зупинятися перед виникнутими труднощами, а йти до кінцевої мети.

2. Теоретично обґрунтовано сутність понять “виховання наполегливості”, що розглядається нами як цілеспрямований процес формування у молодшого школяра здатності досягати поставлену мету, долаючи при цьому різні перепони, які з'являються на шляху до досягнення бажаного результату.

Позакласна ігрова діяльність — складова частина навчально-виховного процесу, спрямована на задоволення запитів, інтересів школярів через виховний вплив педагога та включає у себе один із видів активної діяльності дітей, що моделює під час гри відносини. Між молодшими школярами закладає основи морально-психологічних якостей і властивостей особистості: волі, емоцій, інтелектуальної сфери; сприяє розвитку уяви, уваги, мислення, пам'яті тощо. Ігрова діяльність – різновид активної діяльності дітей. Під час позакласної ігрової діяльності діти взаємодіють із навколишнім світом через зорові, дотикові, нюхові аналізатори, мову. Це узагальнююче поняття до слова *гра*, яка є видом діяльності, історично сформованим соціальним явищем, спрямованим не на результат, а на позитивний процес пізнання та задоволення.

3. На основі аналізу різних класифікацій ігор доповнена *класифікація рухливих ігор* розробленими іграми, які визначають розвиток фізичних

якостей (“Хто швидше, або естафетний біг?”, “Витривалі бігуни”, “Ведмеді на полюванні”, “Естафети павуків”, “Молодці – стрибунці”) та *рухливі ігри, естафети з елементами футболу* (“Злови м’яч”, “Удар на точність”, “М’яч у коло”, “Рикошет”, “Перехоплення м’яча”, “М’яч по колу”, “Влучити у ціль”, “Зустрічна гра-естафета”, “Гра у квадраті”, “М’яч через тунель” тощо з декількома варіантами).

4. Класифікація рухливих ігор має такі ознаки: 1) інтенсивність (низька, середня, велика), 2) вікова категорія (молодші школярі), 3) стать (хлопчики та дівчатка), 4) переважаючий прояв вольової якості (одна або декілька вольових якостей: цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, самостійність, рішучість, наполегливість, витримка, організованість, діловитість, сміливість, мужність тощо, які формуються у грі), 5) малі фольклорні форми (загадки, заклички, жеребкування, лічилки, мирилки, примовки, скоромовки тощо), 6) час і місце проведення; *рухливі ігри* поділені на групи: 1) ігри, які сприяють розвитку фізичних якостей (швидкість, витривалість, гнучкість, сила, спритність, швидкісно-силова якість); 2) ігри з елементами стройових вправ; 3) ігри з елементами загальнорозвивальних вправ; 4) ігри з елементами прикладних вправ; 5) ігри з елементами рівноваги; 6) ігри з елементами акробатики; 7) ігри з елементами боротьби; 8) ігри з елементами танцю; 9) ігри з елементами футболу; 10) ігри з ходьбою; 11) ігри з бігом; 12) ігри зі стрибками; 13) ігри з метанням; 14) ігри на воді; 15) ігри на лижах; *українські народні ігри* мають такі групи: 1) літнього циклу; 2) осіннього циклу; 3) зимового циклу; 4) весняного циклу; 5) розвиток фізичних якостей; 6) виховання вольових якостей; 7) статеві-вікові ознаки; 8) обрядово-ритуальні ігри; 9) родинно-побутові ігри; 10) рухливі ігри; 11) історичні ігри; 12) календарні ігри та розваги; 13) малі фольклорні форми.

Описана методика розроблення ігор та естафет з елементами футболу.

Розроблена технологія проведення ігор, які визначають розвиток фізичних якостей та рухливі ігри, естафети з елементами футболу.

5. Для перевірки вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності конкретизовано такі критерії: когнітивний, емоційний, мотиваційний, діяльнісний. До кожного з цих критеріїв були визначені показники. Зокрема, показниками когнітивного критерію є повнота, системність і міцність знань; емоційного критерію: модальність, стійкість та вибірковість емоцій школярів; мотиваційного критерію – широта, сила та стійкість мотивацій молодших школярів; діяльнісного критерію – активність і стабільність під час позакласної ігрової діяльності та фізична підготовленість школярів 1-4 класів.

6. Обґрунтовано та експериментально перевірено рівні вихованості наполегливості в учнів 1-4 класів:

- *високий рівень* – здатність учня не відступати перед труднощами у досягненні мети за будь-яких умов, при цьому словесна підтримка дорослого не є обов'язковою, бо школяр уже врахував його попередні зауваження, побажання тощо;

- *середній рівень* – намагання учня долати перешкоди, можлива відмова від досягнення поставленої мети після кількох невдач, інколи дитина потребує словесної підтримки дорослого;

- *низький рівень* – категорична відмова учня від виконання завдань при найменшій перешкоді, словесна підтримка вчителя не допомагає.

На основі розподілу рухливих ігор на п'ятнадцять груп, визначаємо характер їх впливу на ступінь прояву наполегливості: низький та високий.

7. Розроблена та експериментально апробована педагогічна модель виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності, яка включає такі компоненти: мету, принципи, засоби, методи, педагогічні умови, форми та результат виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності.

Для перевірки ефективності розроблених ігор, які визначають розвиток фізичних якостей, рухливих ігор та естафет з елементами футболу було обґрунтовано *педагогічні умови виховання наполегливості молодших*

школярів: конкретизація перед учнями мети та перспектив діяльності на кожному етапі роботи; використання різноманітних засобів, форм і методів проведення занять; дотримання принципу доступності на кожному етапі роботи; створення ефекту суперництва; усвідомлення кожним учнем свого обов'язку і відповідальності за школу, клас, команду тощо; створення позитивного емоційного фону молодших школярів, як за результатами своєї діяльності, команди, так і доброзичливе слово вчителя, однолітків; показ дітям взірця як орієнтира на рівень засвоєння визначеного завдання; постійне використання завдань, які виконуються дітьми “до відмови”; допомога дітям у подоланні труднощів, які виникають раптово, несподівано.

Всі ці умови разом та кожна з них окремо є визначальними для виховання наполегливості у молодших школярів сучасної загальноосвітньої школи.

8. Обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність особистісно орієнтованої технології виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності, яка складається з трьох етапів: підготовчого, основного та завершального. Вона передбачає врахування організації різних за характером і змістом видів позакласної ігрової діяльності, методів, форм та засобів виховання наполегливості.

Таким чином, результати дослідження дають підстави стверджувати, що розроблена педагогічна модель, технологія виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності виявились ефективними, а це дозволяє говорити про досягнення поставленої мети і розв'язання основних завдань дослідження.

У той же час наша робота дає можливість визначити напрями перспективних досліджень. Серед них проблеми виховання наполегливості в інших видах життєдіяльності школярів – навчально-пізнавальній, предметно-перетворювальній тощо; визначення ролі та змісту роботи сім'ї у вихованні цього особистісного утворення; забезпечення наступності у його формуванні тощо.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Колодца Д.А. Детские игры. Их психологическое и педагогическое значение. Пер. с итал. - М.: тов. тип. А.И. Мамонтова, 1909. – 266 с.
2. Сеченов И.М. Психологические этюды. – СПб: В тип. Ф.С. Сушинского, 1873. – 227 с.
3. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. / Под ред. А.М. Матюшкина. – М.: Педагогика, 1983. – Т.3: Проблемы развития психики. – 368 с.
4. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. / Под ред. В.В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1982. – Т.2: Проблемы общей психологии. – 504 с.
5. Большой психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб.: ПРАЙМ – ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
6. Большой толковый психологический словарь: В 2 т. / Роберт Артур. Пер. с англ. – ООО «Изд. АСТ»; «Изд. «Вече», 2003. – Т.1: (А-О). – 592 с.
7. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. – К.: Либідь, 1997. – 376 с.
8. Еникеев М.И. Энциклопедия. Общая и социальная психология. – М.: “Издательство ПРИОР”, 2002. – 560 с.
9. Кордуэлл Майк. Психология. А – Я: Словарь-справочник / Пер. с англ. К.С. Ткаченко. – М.: ФАИР – ПРЕСС, 1999. – 448 с.
10. Краткий психологический словарь / Ред.-сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского.- 2-е изд., расш., испр. и доп. – Ростов н/Дону: изд. “Феникс”, 1998. – 512 с.
11. Новейший философский словарь / Сост. А.А. Грицанов. – Минск: изд. В.М. Скакун, 1998. – 896 с.
12. Педагогічний словник / За ред. дійсного члена АПН України Ярмаченка М.Д. – К.: Педагогічна думка, 2001. – 514 с.
13. Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. – СПб: Питер, 2003. – 1096 с.

14. Психологічна енциклопедія / Автор-упор. О.М. Степанов. – К.: “Академвидав”, 2006. – 424 с.
15. Словник-довідник педагогічних і психологічних термінів / За ред. Кузьмінського А.І. – Ч.: вид. ЧДУ ім. Б. Хмельницького, 2002. – 112 с.
16. Философия: энциклопедический словарь / Под ред. А.А. Ивина. – М.: Гардарики, 2004. – 1072 с.
17. Философский словарь / Под ред. И.Т. Флорова. – 7-е изд., пер. и доп. – М.: Республика, 2001. – 719 с.
18. Философский энциклопедический словарь. – М.: ИНФРА – М, 2003. – 576 с.
19. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. – Харків: Прапор, 2005. – 640 с.
20. Аркин Е.А. Родителям о воспитании. Воспитание ребенка в семье от года до зрелости. 2-е издание. – М.: Учпедгиз, 1957. – 347 с.
21. Бех І.Д. Від волі до особистості. – К.: Україна – Віта, 1995. – 202 с.
22. Развитие познавательных и волевых процессов у дошкольников / Под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. – М.: Просвещение, 1965. – 420 с.
23. Зеньковский В.В. Психология детства. – Екатеринбург: Деловая книга, 1995. – 348 с.
24. Каптерев П. О недостатках воли у детей // Воспитание и обучение. – СПб, 1895. – С.385-414.
25. Сикорский И.А. Душа ребенка. – К.: тип. С.В. Кульженка, 1911. – 187 с.
26. Пэйо Жюль. Воспитание воли. Пер. с фран. М. Исишмаревой. – СПб: типогр. М. Меркушева, 1913. – 166 с.
27. Гоноболин Ф.Н. Воля, характер, деятельность. – Минск: изд. “Народная асвета”, 1966. – 212 с.
28. Иванов П.И. Общая психология. – Ташкент: “Средняя и высшая школа”, 1964. – 460 с.
29. Котирло В.К. Воля гартується змалку. – К.: Знання, 1975. – 48 с.
30. Селиванов В.И. Актуальные вопросы психологии воли // Вопросы

- психологии личности. 2-й выпуск. – Рязань: Рыбновская районная типография, 1975. – С.4-26.
31. Ушинский К.Д. Вибрані педагогічні твори: В 2 т. / За ред. О.І. Пискунова. Пер. з рос. – К.: Рад. шк., 1983. – Т.1: Теоретичні проблеми педагогіки. – 488 с.
32. Макаренко А.С. Сочинения: В 7 т. / АПН РСФСР. – М., 1958. – Т. 5: Общие вопросы теории педагогики. Воспитание в советской школе. – 558 с.
33. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: В 5 т. – К.: Рад. шк., 1976. – Т. 1: Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості. Духовний світ школяра. Методика виховання колективу. – 654с.
34. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: В 5 т. – К.: Рад. шк., 1976. – Т. 2: Формування комуністичних переконань молодого покоління. Як виховати справжню людину. Сто порад учителяві. – 670 с.
35. Плотічер А.І. Виховання волі / За ред. Л.А. Квінта. – Харків, 1930. – 55 с.
36. Толстой Л. К вопросу о свободе воли // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1894. Кн. 21. – С. 1-7.
37. Трубецкой Е.Н. Психологический детерминизм и нравственная свобода // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1894. Кн. 25. – С. 494-522.
38. Вентцель К. Учение о воле в новой психологии // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1891. Кн. 6. – С.1-23.
39. Грот Н.Я. Жизненные задачи психологии // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1890. Кн. 4. – С. 143-194.
40. Зверева Н.А. К вопросу о свободе воли // Вопросы философии и психологии. Н.Я. Грота. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1890. Кн. 2. – С.73-106.
41. Каптерев П.Ф. Систематическое обучение и детские игры // Воспитание и обучение. – 1894. - №1. – С.1-11.
42. Кареева Н.И. К вопросу о свободе воли с точки зрения теории исторического процесса // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1890. Кн 4. – С. 113-142.

- 43.Ланге Н.Н. Элементы воли // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1890. Кн. 4. – С.1-26.
- 44.Соловьев Т. Теория волевых представлений. 2-е изд. – СПб: типография Дома Призрен. Малопетн. Бедн., 1896. – 404 с.
- 45.Степанов О.М., Фицула М.М. Основы психології і педагогіки: Посіб. – К.: Академвидав, 2003. – 504 с.
- 46.Токарский А.А. Сознание и воля // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1894. Кн. 24. – С. 491-522.
- 47.Басов М.Я. Воля, как предмет функциональной психологии. – Петербург: “Начатки знаний”, 1922. – 116 с.
- 48.Богословский В.В. Психология воспитания школьника. – Ленинград: изд. “Финансы”, 1974. – 164 с.
- 49.Общая психология: Учебное пособие для студентов педаг. инст. / В.В. Богословский, А.А. Степанов, А.Д. Виноградова и др.; Под общ. ред. В.В. Богословского. – 3-е изд., пер. и доп.- М.: Просвещение, 1981. – 383 с.
50. Бюлер К. Духовное развитие ребенка. Пер. с нем. изд. под ред. и с предисловием В.Е. Смирнова. – М.: Новая Москва, 1924. – 557 с.
- 51.Парфенова Н. Наш лозунг: Учиться! Учиться! Учиться! Культурой и знаниями все побеждать // Учительская газета от 29 октября 1943 г. – С. 3.
- 52.Экземплярский В.М. Воспитание воли. – М.: издат. им. К. Маркса, 1929. – 176 с.
- 53.Иванов П.И. Общая психология. – Ташкент: “Укидувчи”, 1967. – 544 с.
- 54.Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
- 55.Платонов К.К. и А.В. Шмаков. Воля как активно-личностная форма отражения действительности. // Вопросы психологии личности. 2-й выпуск. – Рязань: Рыбновская районная типография, 1975. – С.27-33.
- 56.Рибо Т. Болезни воли. Пер. с фран. (со 2-о издания) / Под ред. доктора Б.В. Томашевского. – СПб: изд. А.Е. Рябченко, 1884. – 182 с.
- 57.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 720 с.

- 58.Рудик П.А. Психология. Учебник для учащихся техникумов физической культуры.- М.: «Физкультура и спорт», 1976. – 239 с.
- 59.Философия проповедника или основания логики и психологии Т. Румпеля. Пер. П.М. Цейдлера. – СПб, 1876. – 120 с.
- 60.Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. – М., “Знание”, 1976. – 64 с.
- 61.Селиванов В.И. Избранные психологические произведения (воля, ее развитие и воспитание). – Рязань, Рязанский пединститут, 1992. – 576 с.
- 62.Сеченов И.М. Избранные произведения: В 3 т. / Академия Наук СССР. – М., 1952. – Т.1. Физиология и психология. – 772 с.
- 63.Спенсер Г. Основания психологии. – СПб: тип. А.А. Пороховщикова, 1897. – 392 с.
- 64.Степанов О.М., Фицула М.М. Основы психології і педагогіки: Посіб. – К.: Академвидав, 2003. – 504 с.
- 65.Психологія: Підручник / За ред. Ю.Л. Трофімова. – 2-ге вид., стереотип. – К.: Либідь, 2000. – С.134.
- 66.Астафьева П.Е. Воля в значении и воля в вере // Вопросы философии и психологии. – М.: изд. А.А. Абрикосова, 1892. Книга 13. – С.58-86.
- 67.Щербаков Е.П. Функциональная структура воли. – Омск: «Омская правда», 1990. – 257 с.
- 68.Загальна психологія / За заг. ред. С.Д. Максименка. Підручник. – 2-ге вид., пер. і доп. – Вінниця: Нова Книга, 2004. – 704 с.
- 69.Сеченов И.М. Избранные философские и психологические произведения / Под ред. В.М. Каганова. – М.: гос. изд. полит. Лит., 1947. – 648 с.
- 70.Выготский Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
- 71.Калин В.К. Классификация волевых качеств // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности. – Симферополь, 1983. – С. 175-181.
- 72.Калин В.К. Актуальные аспекты теории воли // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности. – Симферополь, 1986. – С. 120-124.
- 73.Крутецкий В.А. Воспитание воли (для школьников). – М.: УЧПЕДГИЗ,

1957. – 48 с.

- 74.Щербаков А.И. Волевые процессы и свойства личности. – Л.: ЛГУ, 1963. – 96 с.
- 75.Левандовский Н.Г. Исследование факторной структуры характера в связи с задачами его воспитания. / Психология личности и педагогическая психология. Теоретические и экспериментальные исследования. Т. 445. – Ленинград: ЛГПИ им. А.И. Герцена, 1971. – С.32-53.
- 76.Петухов С.А. К проблеме классификации волевых качеств личности // Личность и деятельность. Тезисы докладов к 5 Всесоюзному съезду психологов СССР. – М.: тип. изд. МГУ, 1977. – С.19-20.
- 77.Ушатилов А.И. Нравственно-волевые качества в структуре личности школьного комсомола // Вопросы психологии личности. 2-й выпуск. – Рязань: Рыбновская районная типография, 1975. – С.108 –117.
- 78.Ситін Г.М. Психологія самовиховання. – К.: Рад. шк., 1973. – 136 с.
- 79.Коляда М.Г. Современная энциклопедия воспитания ребенка: 3000 вопросов что делать, если... - Донецк: ООО ПКФ “БАО”, 2004. – 448 с.
- 80.Пэйо Жюль. Самовоспитание воли. – СПб: тип. Дома Призрения Малолетних Бедных, 1899. – 130 с.
- 81.Рувинский Л., Хохлов С. О воспитании воли // Воспитание школьников. – 1990, №6. – С.56-60.
- 82.Англо-русский словарь: 20 000 слов / Сост. Г.И. Бункин, О.В. Буренкова и др. – М.: Русский язык, 1985. – 656 с.
- 83.Дьюї Джон. Моральні принципи в освіті / Пер. з англ. М. Олійник. – Львів: Літопис, 2001. – 32 с.
- 84.Высоцкий А.И. К развитию настойчивости у подростков. // Проблемы психологии воли (материалы 4 научной конференции) – Рязань: изд. РГПИ, 1974. – С. 100-102.
- 85.Высоцкий А.И. К вопросу развития инициативности у школьников // Вопросы психологии личности. 2-й выпуск. – Рязань: Рыбновская районная типография, 1975. – С. 64-65.

- 86.Поліщук С.А. Особливості розвитку волі в учнів молодшого шкільного віку. Дис. ... канд. пс. наук: 19.00.07; – Захищена 20.11.2001; Затв. 13.02.2002. – К., 2001. – 220 с.
- 87.Блонский П.П. Психология младшего школьника / Под ред. А.И. Липкиной, Т.Д. Марцинковской. – М.: “Институт практической психологии”, 1997. – 575 с.
- 88.Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. / Под ред. Д.Б. Эльконина. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4: Детская психология. – 432 с.
- 89.Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т / Под ред. А.Р. Лурия, М.Г. Ярошевского. – М.: Педагогика, 1982. – Т.1: Вопросы теории и истории психологии. – 448 с.
- 90.Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. / Под ред. М.Г. Ярошевского. – М.: Педагогика, 1984. – Т.6: Научное наследство. – 400 с.
- 91.Эльконин Д.Б. Психология игры. – М.: Педагогика, 1978. – 304 с.
- 92.Эльконин Д.Б. Основные вопросы теории детской игры // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.11-37.
- 93.Аркин Е.А. Ребенок и его игрушка в условиях первобытной культуры / Под ред. Э.Ю. Шурпе, В.Н. Скосырева. – М.: изд. гос. центр. научно-исслед. инст. охраны здоровья детей и подростков, 1935. – 91 с.
- 94.Гальперин П.Я., Запорожец А.В., Карпова С.Н. Актуальные проблемы возрастной психологии. – М.: изд. МГУ, 1978. – 118 с.
- 95.Игра и ее роль в развитии ребенка дошкольного возраста / Под ред. А.В. Запорожец, Т.А. Маркова. – М.: Ротапринт НИИ ОП АПН СССР, 1978. – 156 с.
- 96.Люблінська Г.О. Дитяча психологія. – К.: Вища шк., 1974. – 355 с.
- 97.Цыганенко Г.П. Этимологический словарь русского языка: Более 5000 слов. – 2-е изд., пер. и доп. – К.: Рад. шк., 1989. – 511 с.
- 98.Покровский Е.А. Детские игры, преимущественно русские. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: тип. В.О. Рихтера, 1895. – 368 с.
- 99.Крутецкий В.А. Психология. Учебник для педучилищ. – М.: Просвещение,

1980. – 352 с.
100. Фіцула М.М. Педагогіка: Навч. посіб. для студ. вищих пед. закладів освіти. – К.: Вид. центр “Академія”, 2000. – 544 с.
 101. Власова О.І. Педагогічна психологія: Навч. пос. – К.: Либідь, 2005. – 400 с.
 102. Волкова Н.П. Педагогіка: Посіб. для студ. вищ. навч. закл. – К.: Вид. центр “Академія”, 2001. – 576 с.
 103. Вікова психологія / За ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1976. – 270 с.
 104. Солопчук М.С. Історія фізичної культури та спорту: Навч. посіб. – Кам'янець – Подільськ: Абетка-Нова, 2001. – 236 с.
 105. Історія фізичної культури: Навч. посіб. / За ред. Філя С.М., Худолія О.М., Малка Г.В. – Харків: ОВС, 2003. – 160 с.
 106. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
 107. Очерки по истории физической культуры. Выпуск 1. / Под ред. проф. Е.Н. Петрова. – М.: ФиС, 1938. – 176 с.
 108. Рабле Франсуа. Гаргантюа и Пантагрюэль. Пер. с фран. – М.: Художественная литература, 1973. – 784 с.
 109. Мишель Монтель. Опыты. – М.-Л.: АН СССР, 1960. – Кн. 1. – 526 с.
 110. Коменський Я.А. Вибрані пед. твори: В 5 т. / Під ред. А.А. Красновського. – К.: Рад. шк., – 1940. – Т. 1: Великая дидактика. – 248 с.
 111. Локк Джон. Сочинения: В 3 т. / Ред и сост., авт. примеч. А.Л. Субботин. Пер. с англ. и лат. – М.: Мысль, 1988. – Т.3. – 668 с.
 112. Руссо Ж.-Ж. Педагогические сочинения: В 2 т. / Под ред. Г.Н. Джибладзе. – М.: Педагогика, 1981. – Т.2. – 336 с.
 113. Песталоцці Й.Г. Вибрані педагогічні твори: В 2 т. – К.-Х.: Рад. шк., 1938. – Т.1: Нейгофський досвід. Лінгард і Гертруда. – 338 с.
 114. Дистервег Адольф. Избранные педагогические сочинения. – М.: Просвещение, 1956. – 374 с.
 115. Пискунов А.И. Хрестоматия по истории зарубежной педагогики: Учебн пособ. для студ. пед.ин-тов. – М.: Просвещение, 1981. – 528 с.

116. Амент В. Душа ребенка. Пер. с 3-го нем. Изд. Я. Трауринг. – СПб.: изд. В.Л. Богушевского, 1908. – 115 с.
117. Фребель Ф. Педагогические сочинения. – М.: Книгоиздательство К.И. Тихомирова, 1913. – Т.2. – 528 с.
118. Фрейд З. Психология бессознательного: Сб. произв. / Сост. М.Г. Ярошевский. – М.: Прсвещение, 1989. – 448 с.
119. Гросс К. Душевная жизнь ребенка. Пер. с нем. В.В. Зеньковской и В.В. Деловой. – К.: изд. Киевского Фребелевского общества, 1916. – 242 с.
120. Г. Джонсон. Игры и забавы в воспитании. Пер. с англ. проф. Станлей Холла. – М.: Работник просвещения. – 1922. – 88 с.
121. Кант. О педагогике / Пер. с нем. Б.Н. Вим-Бада // Kant I. Ausgewahlts Schriften zur Padagogik und ihrer Begrundang.– Berline: Padagogik, 1993. – S. 42-59.
122. Клапаред Э.А. Психология ребенка и экспериментальная педагогика. Пер. со 2-го франц. изд. / Под ред. Д.О. Кацарова. – СПб.: изд. О. Богдановой, 1911. – 168 с.
123. Пиаже Ж. Избранные психологические труды: Пер. с франц. – М.: Педагогика, 1969. – 659 с.
124. Метод научной педагогики Марии Монтессори / Сост. и ред. кн. – З.Н. Борисова, Р.А. Семерникова. – К.: Ділова Україна, 1993. – 144 с.
125. Монтессори М. Метод научной педагогики, применяемый к детскому воспитанию в Домах ребенка. Пер. со 2-го итал., испр. и доп. с предисл. И.М. Соловьева. Изд. 4-е. – М.: Задруга, 1920. – 209 с.
126. Спенсер Герберт. Воспитание умственное, нравственное и физическое. Пер. с англ. Е.А. Сысоевой. 3-е изд. – СПб: Родник, 1889. – 228 с.
127. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений: В 5 т. – М.: Физкультура и спорт, 1954. – Т. 5: Статьи. Извлечения из “Основ теоретической анатомии”. Отчеты. – 390 с.
128. Лесгафт П.Ф. Избранные педагогические сочинения / Сост. И.Н. Решетень. – М.: Педагогика, 1988. – 400 с.

129. Аркин Е.А. Письма о воспитании детей. – М., 1936. – 96 с.
130. Аркин Е.А. Письма о воспитании детей (переписка с родителями). 5-е издание. – М.: Учпедгиз. РСФСР, 1961. – 152 с.
131. Хрестоматія з історії дошкільної педагогіки: Навч. посіб. / За заг. ред. З.Н. Борисової. – К.: Вища шк., 2004. – 511 с.
132. Исаев А.А. Детские игры на призы // Воспитание и обучение. – 1889. – № 1-12. – С.310 – 314.
133. Покровская М.И. О детских развлечениях. Их психологическое и гигиеническое значение. – СПб: типография П.П. Сойкина, 1896. – 98 с.
134. Жарський Едвард. Руханка гри – забави. Нарис програми фізичного виховання. Видавництво шкільної ради Нью Йорк, 1956. – 80 с.
135. Франко Т. Історія й теорія руханки. – Коломия – Львів, 1923. – 200 с.
136. Вонзблейн Ю.І. Вправи та ігри зі стрибавкою. – Харків: ДВОУ “На варті”, 1932. – 37 с.
137. Гаркво и Пеллетье. Подвижные игры на открытом воздухе и в комнате для детей и взрослых. – С-Петербург: Сотрудник, 1912. – 80 с.
138. Гра. Збірник 1-й. Пісні та гри для дітей дошкільного віку / Ул. по етнограф. матер. Р. Вовк. – Одеса: Держ. вид. Одеса, 1921. – 12 с.
139. Гри і розваги влітку / Уп. І. Прокопенко, 1936. – 32 с.
140. Рухові забави і гри. Зладив І. Боберський. 3-е вид. – Нью Йорк. Накладом “Січового Базару”, 1917. – 72 с.
141. Филитис Н. Подвижная школьная игра. – М.: тип. т-ва И.Н. Кушнерев, 1894. – 50 с.
142. Цабель Н.Е Игры и физические упражнения как необходимые средства для полного развития духовных и физических сил. – М.: Тип. Г. Лисснера и А. Гешеля, 1898. – 35 с.
143. Шур Х. Фізкультурні гри, змагання та виступи. – Х.: На варті, 1931. – 132 с.
144. Амонашвили Ш.А. Здравствуйте, дети! – М.: Просвещение, 1983. – 208 с.
145. Крупська Н.К. Педагогічні твори: В 10 т. – К.: Рад. шк., 1963. – Т. 1:

- Автобіографічні статті. Дореволюційні праці.– 491 с.
146. Русова С.Ф. Вибрані педагогічні твори: У 2 кн. / За ред. Є.І. Коваленко. – К.: Либідь, 1997. – Кн. 2. – 320 с.
 147. Сухомлинський В.О. Вибрані твори: В 5 т. – К.: Рад. шк., 1977. – Том 3: Серце віддаю дітям. Народження громадянина. Листи до сина. – 670 с.
 148. Сухомлинский В.А. О воспитании / Сост. и автор вступ. очерков С. Соловейчик. 6-е изд. – М.: Политиздат, 1988. – 270 с.
 149. Аржанова А.И. Проблема детской общительности и коллективной игры в системе психологии. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: Просвещение, 1966. – С. 205-212.
 150. Артемова Л.В. Формирование взаимоотношений детей старшего дошкольного возраста в игре. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.188-205.
 151. Артемова Л.В. Формирование общественной направленности ребенка-дошкольника в игре. – К.: Выща шк., 1988. – 160 с.
 152. Богініч О.Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри: Навчально-методичний посібник. – К.: СП “ЧИП”, 2001. – 140 с.
 153. Жуковская Р.И. Воспитание ребенка в игре. – М.: Издательство АПН РСФСР, 1963. – 319 с.
 154. Жуковская Р.И. Педагогические условия воспитания интереса к игре. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.133 – 150.
 155. Запорожец А.В. Игра и развитие ребенка. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С. 5-10.
 156. Мчедлидзе Н.Б. Место игры в педагогическом процессе детского сада. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.151-164.
 157. Пантина Н.С. К характеристике исследования игры как формы детской деятельности. // Психология и педагогика игры дошкольника. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.78-91.

158. Щербовицкий Г.П. Методологические замечания к педагогическому исследованию игры. // Психология и педагогика игры дошкольника / Под ред. А.В. Запорожца. – М.: “Просвещение”, 1966. – С.92-132.
159. Ареф’єв В.Г. Методика викладання фізичної культури в школі: Навч. посіб. – К.: ІСДО, 1995. – 136 с.
160. Ареф’єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання в школі: Навч посіб. – К.: ІЗМН, 1997. – 152 с.
161. Ареф’єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодшому спеціалісту): Навч. посіб. для студ. навч. закл. II-IV рівн. акред – 2-е вид., пер. і доп. – Кам’янець – Подільський: Абетка-Нова, 2002. – 383 с.
162. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання: Науково-методичний посібник. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.
163. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн.1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: Наукове видання. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.
164. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн.2: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. – К.: Либідь, 2003. – 344 с.
165. Бойченко Т., Колотій Н., Царапенко А. та ін. Як виростити дитину здоровою: Посіб. для батьків, учнів мол. шкіл. віку. – К.: Прем’єр-Медіа, 2001.- 201 с.
166. Борисенко А.Ф., Цвек С.Ф. Руховий режим учнів початкових класів: Навч.-метод. посіб. – 2-ге вид., пер. і доп. – К.: Рад. шк., 1989. - 190 с.
167. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. – М.: Просвещение, 1986.- 34 с.
168. Ващенко Г.П. Виховання волі і характеру: Підручник для педагогів. – К.: Школяр, 1999. – 385 с.
169. Вільчковський Е.С., Денисенко Н.Ф. Програма з фізичного виховання ”Будь здоровий, малюк!” (для дітей, які мають порушення опорно-рухового апарату). – К.: ІЗІМН, 1997. – 64 с.
170. Вільчковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф. Система фізичного виховання молодших школярів: Навч.-метод. посіб. для викл. та студ. вузів

- I-II рівня акредитації. – К.: ІЗІМН, 1998. – 230 с.
171. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков.- К.: Здорове, 1981. – 117 с.
172. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М.Д. Зубалія. – 2-е вид., пер. і доп. – К., 1997.- 36 с.
173. Зубалій М., Борисенко А., Остапенко О. та ін. Програма для середньої загальноосвітньої школи. 1-2 класи – К.: Початкова шк., 2003. – 296 с.
174. Козленко Н.А. Школьникам – привычку заниматься физкультурой.- К.: Рад. шк., 1985. – 120 с.
175. Контроль та оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів: Метод. рек. / Заїка А.М. – К.: Початкова шк., 2003. – 128 с.
176. Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: Матеріали 11-ї всеукр. наук.-практ. конф. / Ред. В.І. Завацький, Ю.М. Шкребтій. – К.: Вежа, 1996. – 495 с.
177. Кричфалуший М.С. Вчитель фізичної культури: формування особистості. – Луцьк: Видавництво “Волинська обл. друкарня”, 2000. – 345 с.
178. Куц О., Любович Н. Загальнопедагогічні проблеми викладання курсу “Рухливі ігри” на спортивному факультеті фізкультурних вищих закладів освіти. // Актуальні питання розвитку спортивних і рухливих ігор, сучасний стан та перспективи. Зб. наук. пр. Випуск 3. – Переяслав-Хмельницький, 2002. – 248 с.
179. Махов В.Я. Теорія і методика навчання рухливим і спортивним іграм. Учб. посіб. – К.: ІЗІМН, 1996. – 158 с.
180. Методика викладання фізичної культури в школі: Навч. посіб / В.Г. Ареф'єв. – К.: ІСДО, 1995. – 136 с.
181. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи / За ред. М.Д. Зубалія. – К.: Початкова шк.- 2001. – 112 с.
182. Основи національного виховання: Концептуальні положення / В.Г. Кузь,

- Ю.Д. Руденко, З.О. Сергійчук та інші; за заг. ред. В.Г. Кузя. – К.: Інформ. – Вид. центр “Київ”, 1993. – 152 с.
183. Питомець О.П., Мішаровський Р.М. Рухливі ігри: тестові завдання. – К.: Нац. пед. унів. імені М.П. Драгоманова, 2006. – 46 с.
184. Плахтій П.Д. Основи гігієни фізичного виховання: Навч. посіб. – Кам’янець-Подільський: “МЕДОБОРИ” (ПП Мошак М.І.), 2003. – 240 с.
185. Сарапулова Є. Задоволення потреби дітей в руховій активності восени. // Фізичне виховання в школі. - №3, 2000. С.30-31.
186. Сивачук Н.П. Український дитячий фольклор: Підручний. – К.: Деміур, 2003. – 288 с.
187. Скачков И.Г. Ежедневные занятия физкультурой с учащимися на воздухе. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
188. Тимошенко О.В., Мішаровський Р.М., Махов В.Я. Основні теорії та методики викладання спортивні і рухливі ігри. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. – 213 с.
189. Усикова Н.О. Фізичне виховання в початкових класах. – К.: Рад. шк., 1965. – 186 с.
190. Цвек С.Ф. Фізичне виховання молодших школярів. – К.: Рад. шк., 1986. – 125 с.
191. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 1. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 272 с.
192. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: В 2 ч. Ч. 2. – Тернопіль: Навч. книга – Богдан, 2003. – 248 с.
193. Діптан Н.В. Основи здоров’я. 2 клас: Робочий зошит (з щоденником здоров’я). – Харків: Веста: Видавництво “Ранок”, 2005. – 64 с.
194. Діптан Н.В. Основи здоров’я. 3 клас. Робочий зошит. – Харків: Веста: Видавництво “Ранок”, 2005. – 64 с.
195. Діптан Н.В. Основи здоров’я. 4 клас. Робочий зошит. – Харків: Веста: Видавництво “Ранок”, 2005. – 64 с.
196. Дубенчук А. Фізична культура. Робочий зошит учителя 1-4 класів. – Рівне.

2000. – 64 с.

197. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Метод. посібн. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 112 с.
198. Андрощук Н.В. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні школярів. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2001. – 144 с.
199. Былеева Л.В., Коротков И.М., Яковлев В.Г. Подвижные игры: Уч. пос. для инстит. физ. культ. 4-е, пер. и доп. – М.: ФиС, 1974. – 208 с.
200. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Уч. пос. для инстит. физ. культ. – М.: ФиС, 1982. – 224 с.
201. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климкова Р.В. и др. Подвижные игры. Практический материал: Уч. пос. для студ. вузов и ссузов физ. культ. – М.: ТВТ Дивизион, 2005. – 280 с.
202. Боберський І. Рухові забави та ігри / Упор. Є. Приступа. – Л, 1992. – 64 с.
203. Бриедис А.А. Подвижные игры для 1-4 классов. – Л.: Государственное учебно-педагогическое издательство министерства просвещения РСФСР, 1961. – 176 с.
204. Бурова А. Рухливі ігри: організація та керівництво // Дошкільне виховання. – № 1. – 2002. – С.18-19.
205. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту: (Сборник эстафет и игровых заданий). – М.: ФиС, 1985. – 81 с.
206. Вільчковський Е.С., Страшинський В.І. Рухливі ігри в школі. – К.: Рад. шк., 1971. – 120 с.
207. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку. – К.: Рад. шк., 1989. – 176 с.
208. Горохова скриня. Українські народні ігри / Уп. В.І. Пепа – К.: Веселка, 1993. – 95 с.
209. Грицюк Л.К., Завацька Л.А., Семенов О.С. Ігри та розваги у навчально-виховному процесі з учнями. Навч. посіб. – Луцьк: Ред.-вид. від. Волинського державного університету імені Л. Українки, 1998. – 148 с.

210. Демчишин А.П. Рухливі і спортивні ігри в школі. – К.: Освіта, 1992. – 175 с.
211. Демчишин А.П., Мозола Р.С. Рухливі ігри. – К.: Рад. шк., 1985. – 190 с.
212. Детские подвижные игры народов СССР / Сост. А.В. Кенеман; Под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.
213. Джерельце здоров'я / Укл. Л.Г. Шевцова. Навч. посібн. – Дніпропетровськ, 2001. – 40 с.
214. “Дзига”. Українські дитячі й молодечі народні ігри та розваги / Укл. В.І. Семеренський, П.Г. Черемський. – Х.: Друк, 1999. – 528 с.
215. Дитячі ігри та розваги / Упор. І. Січовик. – К.: Вид. центр “Просвіта”, 2004. – 424 с.
216. Дубовис М.С., Короп Ю.О. Ігри та ігрові вправи. – К.: Рад. шк., 1991. – 143с.
217. Иванов Ю.И., Михайлова Э.И. Играйте на здоровье: Подвижные игры, народные забавы, аттракционы, игровые поединки. – М.: Моск. Правда, 1991. – 94 с.
218. Игры народов СССР / Сост. Л.В. Былеева, В.М. Григорьев. – М.: ФиС, 1985. – 269 с.
219. Козуб О.В., Могорита А.І. Фізкультхвилинки та ігри в 1-4 класах. – Тернопіль: Навч книга – Богдан, 2001. – 64 с.
220. Колтакова І.С. Рухливі ігри з м'ячем. – Глухів: РВВ ГДПІ, 2001. – 28 с.
221. Коротков И.М. Подвижные игры в школе. В помощь учителям физической культуры. – М.: Просвещение, 1979. – 180 с.
222. Коротков И.М. Воспитание в подвижной игре. – М.: Советская Россия, 1987. – 151 с.
223. Коротков И.М. Подвижные игры во дворе. – М.: Знание, 1987. – 92 с.
224. Коротков И.М., Былеева Л.В., Климкова Р.В. и др. Подвижные игры: Учеб пособ для студ. вуз. физ. культ. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
225. Кругляк О.Я., Кругляк Н.П. Від гри до здоров'я нації. Рухливі та українські народні ігри, естафети на уроках фізичної культури: Метод.

- посібн. – Тернопіль: Підручники і посіб., 2000. – 80 с.
226. Кузь В.Г., Сивачук Н.П. Українські народні дитячі ігри: Посібн. для студ. філол. фак., студ. дошк. та пед. фак. – К.: Науковий світ, 2003. – 32 с.
 227. Ламкова О.І. 250 рухливих ігор та естафет для школярів. – Х.: Веста: Видавництво “Ранок”, 2005. – 128 с.
 228. Леко Б.А. Стрільба і рухливі ігри: Навч-метод. посібн. – Чернівці: Рута, 1994. – 60 с.
 229. Леонов О.З. Старти надій: Рекомендації по організації і проведення масових спортивних змагань. – К.: Молодь, 1981. – 143 с.
 230. Леськів А.Д., Дзюбановський А.Б. Рухливі ігри та естафети на місцевості для школярів молодшого та середнього віку. – Тернопіль: СМП “Астон”, 2000. – 132 с.
 231. Літала сорока по зеленім гаю: Дитячі та молодіжні українські народні ігри: Для сер. та старш. шк. віку / Упор. та авт приміток Г.В. Довженок. – К.: Молодь, 1990. – 160 с.
 232. Лукачи Андраш. Игры детей мира. Пер. с венг. Л. Васильевой, Е. Тумаркиной. – М.: Молодая гвардия, 1977. – 160 с.
 233. Лянной Ю., Кравченко А. Рухливі ігри як засіб фізичної реабілітації учнів у загальноосвітній школі // Фізичне виховання в школі.- № 2, 1999.- С.23 – 25.
 234. Народні ігри та забави: Метод. реком. / Укл. Г.В. Воробей. – К.: ІСДО, 1995. – 176 с.
 235. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Гуманист. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 112 с.
 236. Пустовіт Н.О. та Плечова З.Н. Екологічні задачі, ігри та вікторини: Навчальний посібник. – К.: Наукова думка, 1995. – 72 с.
 237. Рухливі, веселі, винахідливі. Дитячі ігри та розваги / Упор. Г.М. Аксельруд. – К.: Богдан, 1995. – 136 с.
 238. Рухливі ігри: Метод. вказ. / Укл.: І.С. Звізда, Н.О. Гнесь. – Чернівці: Рута, 2000. – 46 с.

239. Рухливі ігри: Метод. вказ. / Укл.: І.С. Звізда, М.М. Звізда – Чернівці: ЧНУ, 2002. – 64с.
240. Самотулка Т. Історія України в іграх. Історичні ігри для новачат. – К.: Видавн. М.П.Коць: Нью-Йорк, 1995. – 348 с.
241. Хоменко Н.М. Рухливі та народні ігри. – Глухів: РВВ ГДПІ, 2001. – 44 с.
242. Шевченко О.В. Рухливі ігри та забави. Навч.-метод. посібн. для студ. фак. фіз. вих. – Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2003. – 108 с.
243. Шпачук Л.Р., Кравцова І.А. Ігри у навчально-виховному процесі молодших школярів. Навч.-метод. посібн. – К. Ріг: КДПУ, 2001. – 111с.
244. Яковлев В.Г., Ратников В.П. Подвижные игры. – М.: Просвещение, 1977. – 143 с.
245. Вацеба О.М. Український спорт і показчик книжкових видань з фізичного виховання та спорту в Україні. – Львів: ЛНУ, 2002. – 120 с.
246. Кононко Е.Л. В мире раннего детства. – К.: Рад. шк., 1985. – 120 с.
247. Рудик П.А. Игры детей и их педагогическое значение. – М. – Л.: издат. Академии педагогических наук РСФСР, 1948. – 64 с.
248. Кудикіна Н.В. Теоретичні засади педагогічного керівництва ігровою діяльністю молодших школярів у позакласному навчально-виховному процесі: Дис. ... доктора пед.наук: 13.00.01; – Захищена 11.03.2004; Затв. 09.06.2004. – К., 2004. – 404 с.
249. Мудрик С.Б. Ефективність застосування національних рухливих ігор на уроках фізичної культури у початковій школі: Автореф. дис. ...канд. наук з фіз.вих. і спорту. – Луцьк, 1999. – 24 с.
250. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави. – Луцьк, 1994. – 95 с.
251. Цьось А.В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців: Навч. посіб. – Луцьк. Надстир'я, 2000. – 376 с.
252. Цьось А.В. Національні традиції фізичного виховання: Історія фізичного виховання в Україні від доісторичних часів до прийняття християнства. // Рідна школа. – 1999. - № 10. – С.23-27.
253. Поніманська Т.І. Моральне виховання дошкільників: Навч. посіб. – К.:

- Вища шк., 1993. – 111 с.
254. Стельмахович М.Г. Народна педагогіка. – К.: Рад. шк., 1985. – 312 с.
 255. Воробей Г.В. Народні ігри та забави у фізичному загартуванні молодших школярів різних етнографічних груп Прикарпатського краю: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – К., 1997. – 18 с.
 256. Воропай О. Звичаї нашого краю. Етнографічний нарис. – К.: Оберіг, 1993. – 590 с.
 257. Скуратівський В.Т. Місяцелік: український народний календар. – К.: Мистецтво, 1992. – 208 с.
 258. Українська минувшина: Ілюстрований етнографічний довідник. 2-е вид. /А.П. Пономарьов, Л.Ф. Артюх та ін. – К.: Либідь, 1994. – 256 с.
 259. Костюк Г.С. Навчально – виховний процес і психічний розвиток особистості. – К.: Рад. шк., 1989. – 610 с.
 260. Українські приказки, прислів'я і таке інше. Уклад М. Номис та інші. – К.: Либідь, 1993. – 768 с.
 261. Приступа Є., Бік О. Теоретико-методичні аспекти класифікації українських народних ігор // Матеріали Всеукраїнської наукової конференції “Спорт і національне відродження”. – Львів, 1993. – Ч.1. – С.210-211.
 262. Діхтяренко З.М. Фізична рекреація та реабілітація молодших школярів під час рухливих ігор // Зб. наук. пр. / В.Г. Кузь (гол. ред.) та інші. – К.: Науковий світ, 2002. – С. 72-77.
 263. Діхтяренко З.М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор через підручниками та зошитами з основ здоров'я // Підготовка вчителя до впровадження нових технологій навчання у малокомплектній школі: Матер. Всеукр. наук.-практ. конф.: м. Умань, 15-16 жовтня 2004 р. – К.: Науковий світ, 2004. – С. 104-105.
 264. Діхтяренко З.М. Підручники та зошити з основ здоров'я – перший крок до формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. пр.

- Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. – К.: Науковий світ, 2004. – Вип. 9. – С. 115-120.
265. Діхтяренко З.М. Рухливі ігри та естафети з елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Науково-методичний журнал. – К.: Видавництво “Педагогічна преса”. – 2005. – № 1. – С. 18-20.
266. Діхтяренко З.М. Виховання наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор та естафет із елементами футболу // Фізичне виховання в школі: Наук.-метод. журнал. – К.: Вид. “Педагогічна преса”. – 2005. – № 3. – С. 18-22.
267. Столітенко Є.В. Виховання в учнів 5-7 класів позитивного ставлення до занять фізичною культурою: Дис. ...канд. пед. наук: 19.00.07; – Захищена 19.11.2002; Затв. 09.04.2003. – К., 2002. – 191 с.
268. Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. – СПб: Речь, 2003. – 624 с.
269. Дубогай О.Д., Пангелов Б.П., Фролова Н.О. та ін. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів, – К.: Оріяни, 2001. – 152 с.
270. Язловецький В.С., Язловецька О.В. Учням про здоров'я. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. Володимира Винниченка, - 2000. – 212 с.
271. Язловецький В.С. Фізіологічні основи фізичного виховання. Навч. посіб. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка, - 2001. –164 с.: іл., табл.
272. Язловецький В.С. Основи діагностики функціонального стану та здоров'я. Навч. посіб. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. Володимира Винниченка, – 2002. – 160 с.: іл., табл.
273. Ананьева Н.А., Вишневская Е.Л., Сазанюк З.И. та ін. Руководство для среднего медицинского персонала школ. – М.: Медицина, 1991. – 208 с.
274. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 231с.
275. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. – К.:

- Олімпійська література, 2001. – 440 с.
276. Ушинський К.Д. Твори: В 2 т. – К.: Рад. шк., 1954. – Т.2: Педагогічні статті та матеріали до “Детского мира” та “Родного слова”. – 560 с.
277. Мудрость тысячелетий. Энциклопедия. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002. – Автор-составитель В. Балязин. – 848 с.
278. Коберник О.М. Управління виховним процесом у загальноосвітньому навчальному закладі: Монографія. – К.: Науковий Світ, 2003. – 230 с.
279. Безруких М.М., Ефимова С.П. Ребенок идет в школу: - М.: Академия, 1996.- 240 с.
280. Педагогіка: Навчальний посібник / В.Г. Галузяк, М.І. Сметанський, В.І. Шахов. – Вінниця: РВВ ВАТ “Віноблдрукарня”, 2001. – 200 с.
281. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Уч. для студ. пед. вуз.: В 2 кн. – М.: Гум. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 1: Общие основы. Процесс обучения. – 576 с.
282. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Уч. для студ. пед. вуз.: В 2 кн. – М.: Гум. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 2: Процесс воспитания. – 256 с.
283. Ягупов В.В. Педагогіка: Навч. посіб. – К.: Либідь, 2002. – 560 с.
284. Ученые записки. Том 53. Труд и игры сельского школьника / Под ред. проф. В.И. Селиванова. – М.: Просвещение, 1965. – 84 с.
285. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: Пер. с англ. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с.
286. Павлов И.П. Полное собрание сочинений: В 5 т. М.–Л.: изд. академии наук СССР, 1951. – Т.4. – 452 с.
287. Ярмаченко М.Д. Актуальні питання педагогічної науки. – К.: Знання, 1978. – 48 с.
288. Вопросы педагогической психологии. Труды научно-исследовательского института психологии АПН РСФСР / Под ред. С.Л. Рубинштейна. – М.: издательство АПН РСФСР, 1945. – 164 с.
289. Alt R. Vorlesungen über die Erziehung aut frühen stufen der Menschheitsent – Wieklung. – Berlin, 1956. – 247 s. Taf Bibliogu.- S.231-243.

290. Israel S. Körperliche Leistungsfähigkeit und Gesundheit. – Med.u. Sport, 1979, № 4. – P.230-238.
291. Israel S. Körpernormen bei Kindern aus sportmedizinischer Sicht // Theor. Prax. Körperkult. – Berlin, 1983. – Bd. 32, H. 1. – S. 43-47.
292. Dankert H. Sportsprache und Kommunikation.-Diss.-Tubingen,1969. – 175 s.
293. Rudolf Knapp, Elisabeth Badry, Maximilian Bucbka. Studienbucnek fur soziale berufe Padagogik. Grundlahen und Arbeitsfelder. Neuwied; Kriftel; Berlin; Luchterhand. – 1992. – 390 s.
294. Tiets K. Bemerkurgen zum Fremdwortgebrauch in Sportberichten.- Sprachp'flege,1978, H.3, S. 52-53.
295. Vergleich von Bildung und Erziehung in der Bundesrepublik Deutschland und in der Deutschen Demokratischen Republik. Wissenschaftliche Rjmmission Oskar Anweiler (Leitung), Wolfgang Mitter, Hansgert Reisert, Hans-Peter Schafer, Wolfgang Stratenwerth. Verlag Wissenschaft und Politik Koln, 1989. – 712 s.
296. Waterkamp D. Erziehung in der Schule Neuwied; Kriftel; Berlin; Luchterhand – 1999. – 310 s.
297. Ткаченко В.Т. Футбол у початковій школі. Навч.-метод. посіб. для вчит. поч. шк. та фіз. кул., студ., батьків. – К.: Міленіум, 2004. – 46 с.
298. Зязюн І.А. Педагогіка добра: ідеали і реалії: Наук.- метод. посіб. – К.: МАУП, 2000. – 312 с.
299. Діхтяренко З.М. Користування “Щоденником зміцнення здоров'я” для формування наполегливості молодших школярів // Зб. наук. пр. – К.: Науковий світ, 2003. – С. 66-73.
300. Діхтяренко З.М. Формування наполегливості молодших школярів засобами рухливих ігор у сучасних соціокультурних умовах // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. пр. – Вип. 5. – К.-Житомир: Видавництво Волинь, 2003. – Книга 2. – С. 147-153.
301. Діхтяренко З.М. Формування наполегливості молодших школярів засобами фізичної культури // Вісник Житомирського педагогічного

університету імені Івана Франка. – Житомир: Редакційно-видавничий відділ ЖДПУ імені Івана Франка, 2003. – Вип. 13. – С. 138-140.

302. Діхтяренко З.М. Збереження фізичного та психічного здоров'я молодших школярів під час формування наполегливості засобами рухливих ігор // Педагогіка вищої та середньої школи: Зб. наук. пр. – Кривий Ріг: КДПУ, 2005. – Вип. 11. – С. 414-418.
303. Діхтяренко З.М. Виховання наполегливості молодших школярів у процесі позакласної ігрової діяльності // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. пр. Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. – К.: Міленіум, 2005. – Вип. 11. – С. 164-170.
304. Діхтяренко З.М. Духовно-моральна цінність рухливих ігор у позакласній роботі, як ефективний засіб розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів // Спортивний вісник Придніпров'я – наук.-теор. журнал Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2003. – № 3-4. – С. 59-61.

ДОДАТКИ

Додаток А

ВИХОВАННЯ ВОЛІ, НАПОЛЕГЛИВОСТІ

Додаток А.1

Дослідження “сили волі”

(за В.В. Волошиною, Л.Д. Волинською,
С.О. Ставицькою, О.В. Темрук)

Мета: дослідження здатності до застосування вольових зусиль при подоланні перешкод.

Обладнання: текст опитувальника, ручка, секундомір.

Інструкція: Вам потрібно прочитати судження і дати на кожне відповідь “так” – 2 бали; “не знаю” – 1 бал; “буває” – 1 бал; “ні” – 0 балів:

1. Чи в стані Ви завершити розпочату роботу, яка Вам не цікава відразу, незалежно від того, що час і обставини дозволяють Вам відірватися, а потім продовжити?
2. Чи можете Ви без особливих зусиль подолати внутрішнє протистояння, коли Вам потрібно зробити щось неприємне (наприклад, прийти на навчання у вихідний день)?
3. Коли потрапляєте у конфліктну ситуацію – у навчанні або побуті – чи у змозі Ви взяти себе у руки настільки, щоб подивитися на ситуацію без надмірної емоційності, свідомо, з максимальною об’єктивністю?
4. Якщо Вам прописали дієту, чи зможете Ви подолати спокусу заборонених продуктів?
5. Чи знайдете Ви у собі сили встати вранці раніше звичайного, як це було заплановано ввечері?
6. Чи залишитися Ви на місці трагічної події для того, щоб дати свідчення?
7. Ви швидко відповідаєте на листи?

8. Якщо у Вас виникає страх перельоту на літаку чи відвідування стоматологічного кабінету, чи зможете Ви без особливих зусиль подолати це відчуття і в останній момент не змінити свого рішення?

9. Чи зможете Ви прийняти дуже неприємні ліки, які Вам наполегливо рекомендують лікарі?

10. Чи виконуєте Ви поспішно дану обіцянку, навіть якщо її виконання принесе Вам немало клопоту, іншими словами, чи є Ви людиною слова?

11. Чи без коливання Ви вирушаєте у відрядження у незнайоме місто?

12. Чи чітко Ви дотримуетесь розпорядку дня: часу пробудження, прийняття їжі, навчання, прибирання та інших справ?

13. Чи критично Ви ставитися до бібліотечних заборгованостей?

14. Навіть найцікавіша телепередача не змусить Вас відкласти термінову і важливу роботу. Так це чи ні?

15. Чи зможете Ви припинити сварку і промовчати, хоч якими б образливими Вам здавалися слова опонента?

Опрацювання результатів.

На всі запитання відповідайте з максимальною щирістю, а потім підсумуйте отримані бали.

0-12 балів: із силою волі справи у Вас не дуже добрі. Ви виконуєте те, що легше і цікавіше, навіть якщо це може чимось зашкодити. До своїх зобов'язань ставитеся без особливого ентузіазму, що нерідко призводить до конфліктних ситуацій. Ваша позиція характеризується відомим висловом “Що, мені більше всіх потрібно?” Будь-яке прохання чи зобов'язання Ви сприймаєте майже як фізичний дискомфорт. І справа тут не в слабості волі, а у Вашому егоїзмі. Спробуйте подивитися на себе з точки зору саме цих оцінок і це допоможе Вам змінити своє ставлення до оточуючих, дещо змінивши у своєму характері. Якщо Вам це вдається, то Ви лише виграєте.

13-21 балу: сила волі у Вас посередня. Якщо стикаєтеся з труднощами, то намагаєтеся їх подолати. Але якщо побачите обхідні шляхи, відразу ж скористайтесь ними. Не перестарайтеся, але і даного Вами слова не

порушите. За власним бажанням зобов'язань на себе не візьмете. Це не зовсім позитивно характеризує Вас перед керівництвом і оточуючими. Якщо маєте намір досягнути і житті більшого, спробуйте тренувати волю.

22-30 балів: із силою волі у Вас все добре. У важку хвилину Ви не підведете. Вас не лякають ні нові доручення, ні далекі поїздки, ні справи, котрі лякають інших. Хоча інколи Ваша чітка і тверда позиція з непринципових питань набридає оточуючим. Сила волі це дуже добре, але бажано у своєму активі мати і такі якості, як гнучкість, поблажливість, доброта.

Додаток А.2

Шляхи поводження людини, яка розвиває активність, волю

(за А.І. Плотічером):

1. Додержуватися зв'язку з оточенням та наставляння на колектив.
2. Правильно та ясно ставити мету.
3. Неухильно перемагати перешкоди на шляху до поставленої мети.
4. У здоровому тілі – здорова воля.
5. Здорове статеве життя.
6. А ні краплі алкоголю.
7. Боротьба з перевтомою.
8. Плановість у роботі.
9. Уважно ставитися до дрібниць.
10. Правильно вибирати професію.
11. Концентрація (зосередження) уваги.
12. Освіта.

Додаток А.3

Правила як виховати волю**(за А.І. Плотічером):**

1. Перше ніж братися до тієї чи іншої роботи, треба її добре обміркувати від початку й до кінця. У голові треба мати повну картину роботи, тобто мусять бути ясні ті шляхи, якими йтиме ця робота, ті методи, яких уживатимуть, ті наслідки, які робота має дати.
2. До всякої роботи слід підходити спокійно, не метушитися, не хапатись. Той, що налітає на роботу наскоком, швидко втомлюється й розчаровується. А той, хто входить у роботу поступово, не хапаючись, у процесі роботи щоразу більше розходиться, дає найбільшу видатність праці та найкращі наслідки.
3. Якщо у процесі роботи будуть такі моменти, коли доводиться напружити зусилля, то не слід робити це відразу. Спочатку легенько намацай, спробуй, а потім уже йди на штурм.
4. Працювати треба спокійно. Той, хто працює нападами, одну хвилину багато, а другу нічого, той і роботу псує, і себе дезорганізує.
5. На всякій роботі слід відпочивати. Найкраще відпочивати недовго, зате частіше. Бо коли робота така, що часто відпочивати не можна, відпочинок має бути повний.
6. Коли робота чомусь не клеїться, - не слід дратувати себе. Краще перервати роботу або загаяти її, щоб трохи заспокоїтися, а потім робити її далі.
7. Коли робимо одну роботу, не можна відриватися та робити роботу іншу, що нічим не зв'язана з тією.
8. Коли робота скінчилася невдало, не слід хвилюватися. Починай роботу вдруге так, ніби робиш її вперше.

Додаток А.4

**Кожна людина може перебороти
свою пасивність, бездіяльність і домогтися поставленої мети.**

Корисні поради Л. С. Рувинського та С. І. Хохлова:

1. Ціль повинна бути корисною, суспільно значимою. “Сенс життя в красі і силі прагнення до цілі, і потрібно, щоб кожний момент буття мав свою високу мету”, - писав М. Горький.
2. Поставлену мету необхідно зробити досяжною, привабливою. Занадто важка, віддалена мета здається нам абсолютно недосяжною, і в нас опускаються руки. Потрібно намітити кілька послідовних, посильних етапів на шляху до мети. Поступово здійснюючи кожний етап, ми здобуваємо впевненість у своїх силах, у досяжності поставленої мети.
3. Поставлена мета повинна бути ретельно обдумана. Уникайте ставити мету, приймати рішення, коли ви в стані сильного емоційного збудження, гніву. Німецький письменник 18 століття І. Гауг писав: “Нічого не починай у гніві! Дурний, хто під час бурі сідає на корабель!” Рішення прийняте в стані сильного емоційного збудження, як правило, не виконуються, а залишається лише намірами.
4. Поставлена мета повинна відповідати вашим можливостям.
5. Поставлену мету необхідно конкретизувати. А.С. Макаренко писав: “Ніяку справу не можна гарно зробити, якщо невідомо, чого хочуть досягти”.
6. Головна мета повинна бути розбита на ряд проміжних. Л.М. Толстой радить: “Май мету всього життя, ціль для відомої епохи твого життя, ціль для відомого часу, ціль для року, для місяця, для тижня, для дня і для години, і для хвилини, жертвуючи нижчі цілі вищим”. Звичайно, такі жертви нелегко даються людині, але, як образно висловився письменник Ладьонтен: “Шлях, посипаний квітами, ніколи не приводить до слави”. Воля, як і мускули, розвиваються в роботі, при визначеній напрузі, у процесі подолання перешкод.

7. Не можна бути рабом власних рішень. Варто змінювати або навіть скасовувати поставлену мету у випадку вступу в дію неврахованих або знову виниклих обставин, що роблять її безглуздою. До речі, своєчасне відмовлення від прийнятого рішення, якщо ви зрозуміли його безглуздість або шкоду, вимагає не менших вольових зусиль. Настирливий у своїх помилках тільки упертюх.

Варто пам'ятати застереження давньогрецького мислителя Епіктета: “Якщо ти будеш вступати...і запевняти себе, що ти переможеш завтра, а завтра скажеш те ж саме, то ти цим доведеш себе до такої слабості...що на майбутній час перестанеш навіть помічати свої помилки, а якщо і помітиш, то у тебе завжди знайдеться готове виправдання...”

Додаток А.5

Вираження самонавіюваної думки для виховання наполегливості

1. Я хочу наполегливо йти до своєї мети.
2. Моє бажання мати велику силу волі.
3. Я бачу себе як людину з великою силою волі.
4. Я здатний досягнути своєї мети – виховати наполегливість.
5. Я все вмію, все можу зробити. Головне – не нашкодити іншим.
6. Я не допускаю найменшого сумніву у тому, що я проаналізуючи поради, пропозиції друзів, знайомих наполегливо виконаю задумане.
7. Я вірю у те, що у мене все вийде.
8. Я своїми гарними вчинками, діями наближатимуся до поставленої мети.
9. Я ставлю перед собою цілі, які поступово буду досягатиму.
10. Я переконаний у тому, що наполегливість – це не впертість.
11. Я твердо впевнений у тому, що виховання всіх позитивних якостей сили волі допоможуть мені у житті.
12. Всі люди бачать мене як людину наполегливу.

13. Всі люди, які знають мене, ставляться до мене як до людини послідовної, урівноваженої, наполегливої тощо.
14. Мені подобається поетапно виконувати поставлені завдання та наполегливо йти до кінця.
15. Я люблю, поважаю наполегливих, але не впертих людей.
16. Я глибоко усвідомив, я до кінця осмислив, я до кінця зрозумів, що лінь – найгірша якість людської поведінки, яку потрібно переборювати та не допускати на “поріг” своєї свідомості.
17. Я використовую всі свої духовні сили для того, щоб переконати себе, що лінь, прийшовши на день може залишитися надовго.
18. Я яскраво, твердо почуваю себе людиною потрібною для оточуючих, бо я можу навчити, як виховати у себе силу волі.
19. Я докладаю величезних, могутніх, вольових зусиль, щоб уміти вислухати свої помилки та поради, як їх наполегливо виправити.
20. Я концентрую всі свої зусилля в одному напрямку, я створюю велику концентрацію величезних, могутніх вольових зусиль для досягнення поставленої цілі.
21. Найсильнішою, лютою, злобною ненавистю ненавиджу всякий сумнів у тому, що я можу не дійти до мети.
22. У мене все вийде, бо я наполегливо та поступово крок за кроком йду до поставленої цілі.
23. Мої батьки, бабусі, дідусі, всі у нашому роду мають велику силу волі і я буду мати.
24. Я успадкував наполегливість до праці від своїх родичів.
25. Я буду розвивати у себе силу волі під час посильної для мене роботи.
26. Я не відмовлятимуся від роботи, яку будуть мені давати батьки, дорослі.
27. У вихідні дні я буду допомагати батькам, родичам, щоб полегшити їхню працю і ця робота розвиватиме мене всебічно.
28. Я можу дивитися усьому світові в очі, нічого не боячись почути про себе та переконати у своїх правильних вчинках.

29. Я буду вислуховувати та критично сприймати все почуте про себе і робити з цього висновки, не сердячись.
30. Яскраво, твердо пам'ятаю, що я особистість, яка вдосконалюється та виховується наполегливо на чужих помилках, інколи на своїх.
31. У наполегливій праці, яка принесе людям радість, хочу запам'ятатися особистістю з великою силою волі.
32. Я не хвалюся своїм успіхом, бо знаю, що зазнайство перший крок до гордині. Хай мене інші похвалять за наполегливу роботу, яка принесла і людям позитивний результат тощо.

Додаток А.6

Самонавіювання для виховання наполегливості під час рухливих та українських народних ігор

1. Я здатна наполегливо йти до кінця поставленої мети у грі.
2. Я хочу перемагати у грі та бути прикладом для всіх.
3. Я все можу, головне себе налаштувати.
4. Не маю найменшого сумніву у тому, що я зможу сама виконувати роль ведучою під час гри.
5. Всі вчителі знають мене як ученицю, яка здатна наполегливо грати у ігри.
6. Докладатиму всіх зусиль, щоб самостійно та наполегливо виконувати всі вказівки дорослих, дітей під час гри.
7. Батьки мої також наполегливо, з цікавістю, з ентузіазмом грали в ігри, коли були маленькими. І я від них успадкувала ці вольові якості особистості.
8. Я з батьками наполегливо буду грати в ігри у вільний для нас усіх час.
9. Я завжди з великою наполегливістю прагну правильно виконувати всі визначені для мене ролі в іграх.
10. Якщо мене навіть заслужено не похвалять після гри, то я не ображуся і знатиму:

- мої вчинки не принесли нікому прикрощі;
- морально відпочила від втоми за уроки;
- емоційно збагатилася під час ігор;
- провела певний час на свіжому повітрі, що конче потрібно для мого організму;
- ігри – це комплекс фізичних якостей, які розвивають мене фізично, інтелектуально, що так потрібно для організму у будь-якому віці.

Додаток А.7

Керувати своїми почуттями, психічними станами, учинками, поведінкою можна, використовуючи самосхвалення, самопереконавання, самонаказ, самонавіяння, аутогенне тренування.

Чи може кожний опанувати самонаказ? Безумовно.

Пам'ятка розроблена психологом Т.І. Агафоновим:

1. Учися керувати собою.
2. Не чекай, коли тобі вкажуть, підкажуть, дадуть завдання – будь сам ініціативний, дій по власному починанні.
3. Тільки той переможе будь-які труднощі, хто сам собі командир, хто здатний самому собі наказувати.
4. Рішуче і твердо наказуй собі, коли тобі треба перебороти лень, утому, боязкість, страх, дурний настрій.
5. Завзято перемагай усе, що заважає досягненню мети, і насамперед недоліки свого характеру.

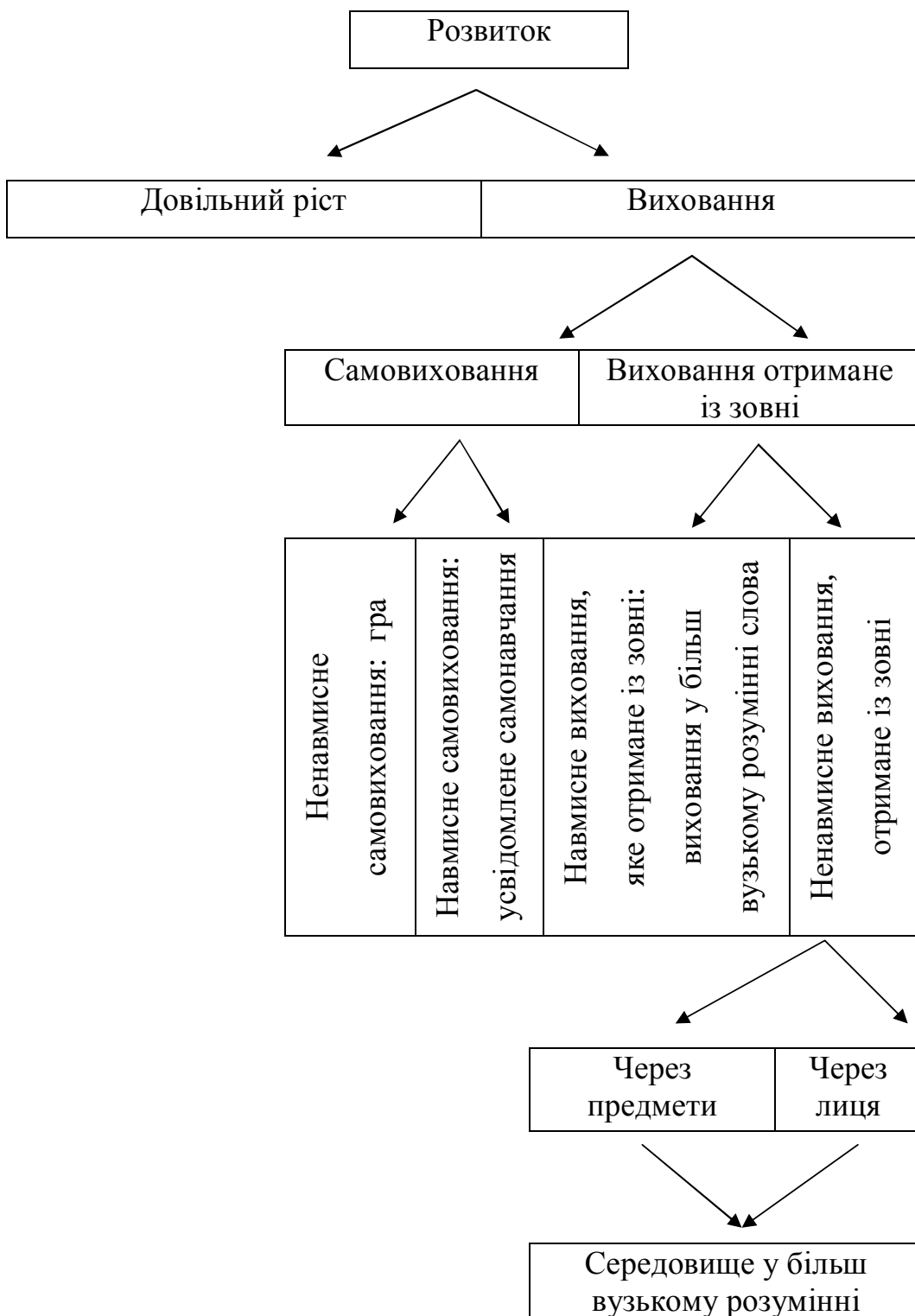
Багато мислителів давали таку пораду: “Якщо ви вдало виберете працю і вкладете у неї свою душу, то щастя саме вас відшукає”.

Додаток Б

КЛАСИФІКАЦІЇ ІГОР

Додаток Б.1

**Схема дитячої гри як акту ненавмисного виховання дитини
(за К. Гроссом)**



Додаток Б.2

**Українські народні ігри та забави за народним календарем
(класифікація А.В. Цюся).**

Пора року	Назва свята	Народні ігри та фізичні вправи
Весна. <i>Ой, весно, весно, днем красна</i>	Від 01.03 до 25.03	“Повінь”, “У річку, гоп”.
	Явдоха (14.03); Теплого Олексі (30.03)	“Віночок”, “Гляньте, діточки”, “Журавель”, “Заплітати Шула”, “Іде, іде дід”, “Та це ж весна”, “Унадився журавель”, “У довгі лози”.
	Від 01.04 до 25.05	“Бій баранів”, “Бій півнів”, “Яструб і квочка”.
	Благовіщення (07.04)	“А ми просо сіяли”, “Білозорчик-Білоданчик”, “Воробчик”, “Воротар”, “Жук-жучок”, “Зельман”, “Коструб”, “Кривий танець”, “Мак”, “Мости”, “Наяву я, навчу”, “Подоланочка”, “Перепілонька”, “Царенко”, “Щітка”.
	Великдень	“Боротьба”, “Боротьба на лопатки”, “Боротьба без рук-грудьми”, “Боротьба навколішки”, “Боротьба лежачи”, “Великодній дзвін”, “Довгі лози”, “Коструб”, “Набитки”, “На випередки-уперегони”, “Просо”, “Стовп”, “У війну”, “У короля”, “Цурка”, “Чаклун”.
	Проводи	“Ангіле квивнут”, “Білиця”, “Бирки”, “Бука тягнуть”, “Двірник і джура”, “Жмурки”, “Заєць”, “Зв’язаний встане”, “Король і вїт”, “Кота тягнуть”, “Кучі”, “Лопатки”, “Мила”, “Носа”, “Позич мені стільчик”, “Сорока”, “Сало тягнути”, “Стільчик”, “Тягнуть дуба”, “Шукайло-сосокало”.
	Лука (05.05)	“Віночок”, “Горю дуба”, “Ляля”, “Міст”, “Петрушка”, “Ріпка”, “”, “У вовка”, “У залізного ключа”.

	“Вулиці”	“Вінок”, “Вербова дощечка”, “Горошок”, “Зайчик”, “Огірочки”.
	Георгія, Юрія (06.05)	“Веснянки і гаївки”, “Верхова їзда”, “Горю дуба”, “Загартування росю”, “Кидання грудок землі”, “Метання”, “Хороводи”.
<i>Літо. Прилетіло літечко на розжових крилечках</i>	Трійця	“Водили Куста”, “Горю дуба”, “Дуба”, “Похорон Ярили”, “Проводи русалок”, “Тополя”.
	Івана Купала (07.07)	“Біг”, “Водити відьму”, “Купання”, “Стрибки через вогонь”.
	Петра і Павла (12.07)	“Бабак”, “Блудько”, “Ворона”, “Дзвіночок”, “До цілі”, “Коромисло”, “Латка”, “Перепелиця”, “Смик”, “Трампижа”, “У цурки-палки”, “У колдуна”, “У коня”, “У скраклі”, “У шуляка”, “Циганка”, “Щенята”, “Яструб”.
	Іллі (02.08)	“Воробей”, “В’язання бороди”, “Гречка”, “Жнива”, “Ой у полі жито”, “Передай іншому”.
	Маковія і першого Спаса (14.08)	“Барвінок”, “Гуси”, “Король”, “Квач”, “Оса”, “Просо”, “Птиці”, “Сірий вовк”, “У грушки”, “У гусей”.
	Успення і перша Пречиста (28.8)	“Вуж”, “Гарбуз”, “Грибок”, “Дуб”, “Зайчик”, “Кози”, “Мисливці і зайці”, “У бобра”, “Яструб”.
<i>Осінь. Осінній час сім погод придбав для нас</i>	Від 1.09 до Покрови (14.10)	“Бондар”, “Гарбуз”, “Гаряча картопля”, “Косарі”, “Петрушка”, “Ріпка”,
	Парубочі громади	“Боротьба без рук-грудьми”, “Боротьба навколішки”, “Боротьба лежачи”, “Верни-голова”, “Вкрасти сало”, “Долоні”, “Жмурки”, “Згинати сухого вовка”.
	Дівочі громади	“Любко”, “Поїхав Іван за Дунай по дівку”, “По улиці широці”, “Чадо”, “Чернушко-душко”.

	Покрова (14.10)	“Буряк”, “Горошок”, “Закликання долі”, “Запорожець на Січі”, “Їду на Січ”, “Козак”, “Кулачі бої”, “Мак”, “Мур”, “На сторожі”, “Розірване коло”, “Турок”, “Чорний лицар”, “Щітка”.
	Вечорниці (14.10 до Великодня)	“Долоні”, “Нічки”, “Панас”, “Сусідка”, “Хустина”, “Шута”.
<i>Зима. Зима прийшла і празників привела</i>	Від Михайла (21.11) до 30.12	“Бездомна лисиця”, “Вовк і хорт”, “Качки і мисливці”, “Мисливці”.
	Канун святої Катерини (06.12)	“Балабушки”, “Ворожба чобітьми”, “Жмурки”, “Закликання долі”, “Ігри-гадання”, “Молодіжні бешкети”.
	Катерини (07.12)	“Голочка-ниточка”, “Жмурки”, “Закликання долі”, “Ігри-гадання”, “Чарочка”, “Чіт чи лишка”.
	Андрія (13.12)	“Калита”, “Метання”, “Парубочі пустощі”.
	Варвари (17.12) Сави (18.12), Миколая (19.12)	“Взяття фортеці”, “Вудочка”, “Громак”, “Жмурки”, “Закликання долі”, “Ігри-гадання”, “Колесо”, “Невід”, “Парубочі пустощі”, “Чорномор-біломор”.
	Різдво (07.01)	“Гойдалки”, “Ковзання по льоду”, “Катання на санчатах, крижина і ковзанах”, “Танці”.
	Новий старий рік, Василя (14.01)	“Булка”, “Борюкання на снігу”, “Громак-свиня”, “Катання великих снігових куль з гір”, “Коза”, “Меланка”, “Морозенко”, “Сніжки”.
	Водохреще (19.01)	“Змагання вершників”, “Кулачні бої”, “Катання на конях”.
	Стрітення (15.02)	“Буряк”, “Перетяжка”, “Тягти бука”, “Чий батько дужчий”.
	Масляна	“Колодка” “Катання з гір”, “Сніжкові заговіни”.

Додаток Б.3

**Магічне значення фізичних вправ
(за дослідженнями А.В. Цьося)**

Назва фізичних вправ	Магічне значення	Свято
Стрибки	очищення людини; пророцтво на подружнє життя; сприяння росту рослин; зміцнення здоров'я	Івана Купала
Перекиди, качання	підвищення врожайності землі; сприяння вагітності жінок; зміцнення здоров'я	Юрія
Метання	підвищення врожайності землі; сприяння росту рослин; зміцнення здоров'я; пророцтво на подружнє життя; чарування на майбутній врожай;	Різдво
Гойдання на гойдалці	очищення людини; сприяння росту рослин	Різдво, Великдень
Плавання, купання	викликання дощу; зміцнення здоров'я; очищення людини	Великдень, Івана Купала
Верхова їзда	очищення людини	Юрія
Біг	підвищення родючості землі	Різдво

Додаток Б.4

Магічне значення весняних рухливих ігор
(за дослідженнями А.В. Цьося)

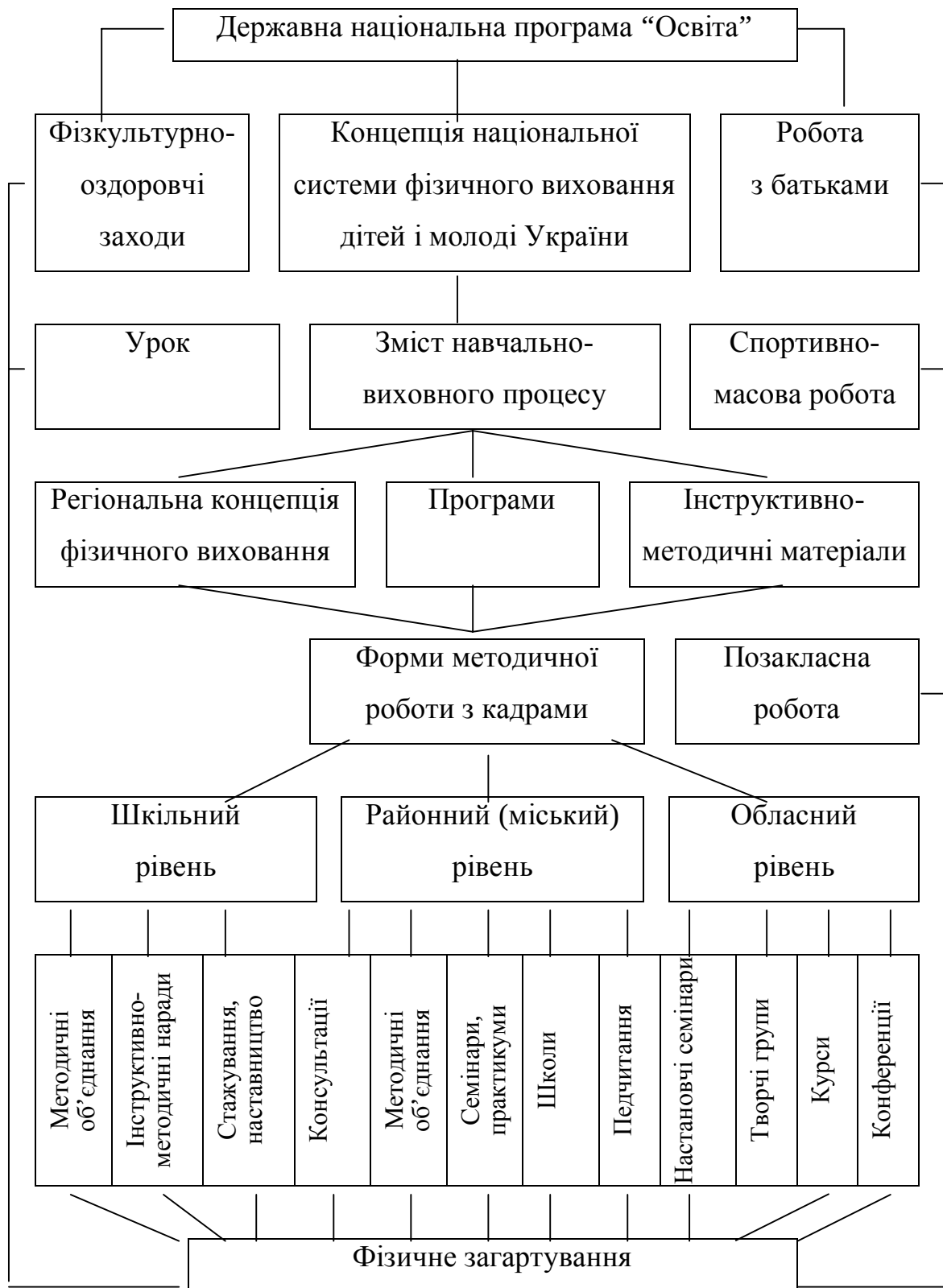
Назва свята	Магічне значення	Назва ігор
<i>Благовіщення, Великдень</i>	Філософський зміст: - хвала сонцю; - відображення змін пір року; - народження, розвиток сил, старість і смерть людини.	“Білозорчик-Білоданчик”, “Вінок”, Коструб”, “Кривий танець”, “Подольночка”.
<i>Благовіщення, Великдень</i>	Вегетаційний зміст: - передача оточуючій природі енергії, сили та радості; - позитивно вплинула на ріст і розвиток рослин.	“Буряк”, “Гарбуз”, Горошок”, “Мак”, “Огірочки”, “Просо”, “Ріпка”.
<i>Благовіщення, Великдень</i>	Хвалебний зміст: - хвала весні, птахам, весняні повені; - любов до природи і природних явищ.	“Воробчик”, “Перепілка”, “Чадю”.
<i>Благовіщення, Великдень</i>	Лицарсько-дружинний зміст: - захист свого роду; - почуття гідності, хоробрості і відваги; - наймання до князя на службу; - підготовка до військових походів.	“Барвінок”, “Воротар”, “Зельман”.

<i>Благовіщення, Великдень, Трійця</i>	Родинно-побутовий зміст: - відображення родинного життя; - взаємини між членами родини; закликання добра, щастя, успіху та багатства	“Діброва”.
<i>Благовіщення, Великдень, Трійця, Катерини, Андрія</i>	Подружній та еротичний зміст: - прагнення дівчини або хлопця до одруження; - угадування долі, характеру майбутньої дружини або чоловіка; - зближення стосунків хлопців і дівчат.	“Вербова дощечка”, “Калита”, “Панас”, “Сусідка”, “Хустина”, “Царенко”.
<i>Проводи, Трійця</i>	Пошана покійників: - задобрити душі покійних родичів; - повеселити померлих людей; - підтримати родичів померлих.	“Білиця”, “Бирки”, “Дзвін”, “Заєць”, “Коса”, “Кучі”, Лопатки”, “Стільчик”.
<i>Трійця</i>	Профілактичний зміст: - викликати велику життєдайну силу природи; - сприяти росту і розвитку рослин; - захистити поля від злих сил природи.	“Водіння куста”, “Завивання вінків”, “Ляля”, “Тополя”.
<i>Великдень</i>	Стимулюючий зміст: зародження нового життя; пробудження природи від зимового сну.	“Битка”, “Котка”.

Додаток Б.5

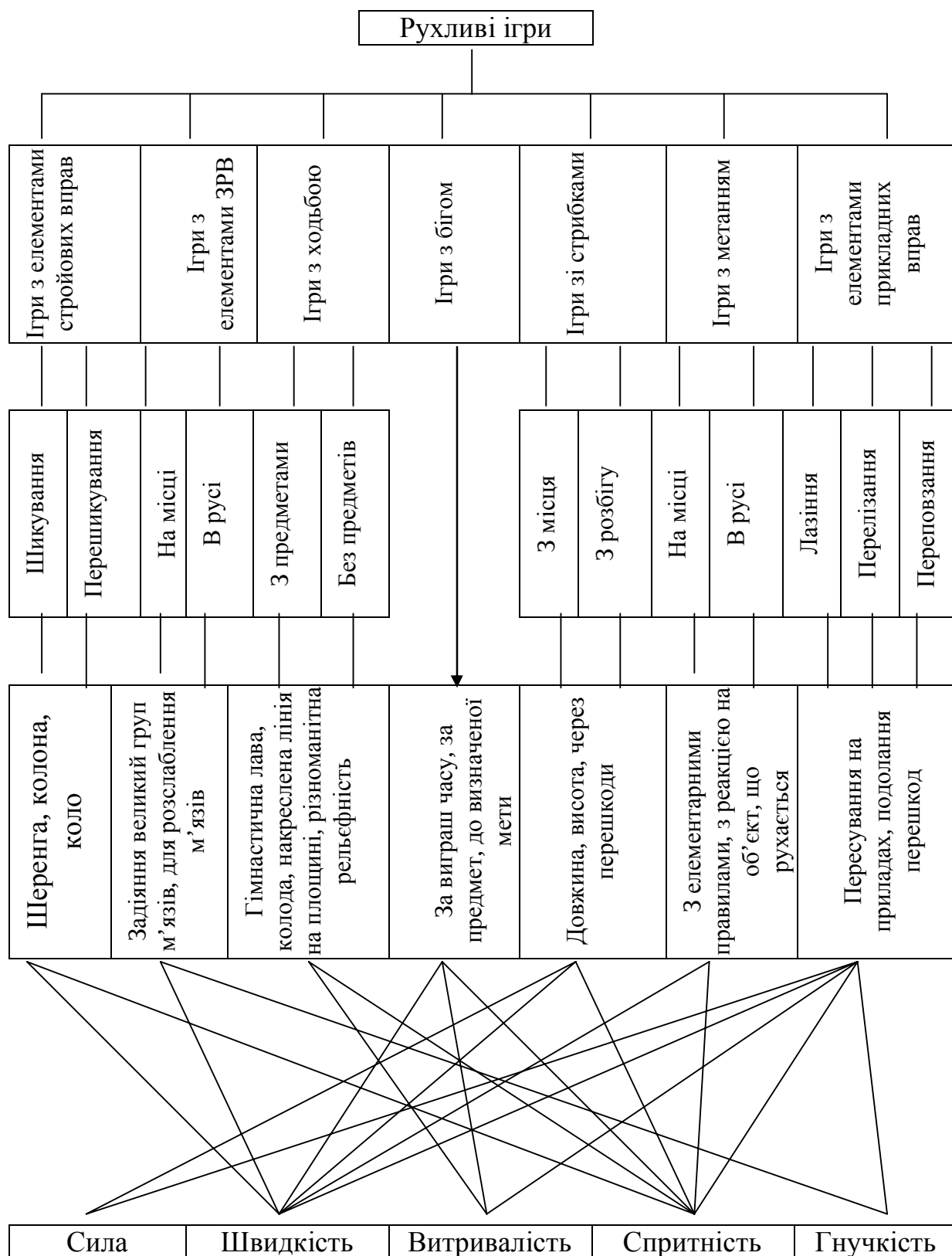
Структурно-функціональну модель упровадження народного ігрового матеріалу у сучасну систему фізичного виховання школярів

(за дослідженнями Г.В. Воробей)



Додаток Б. 6

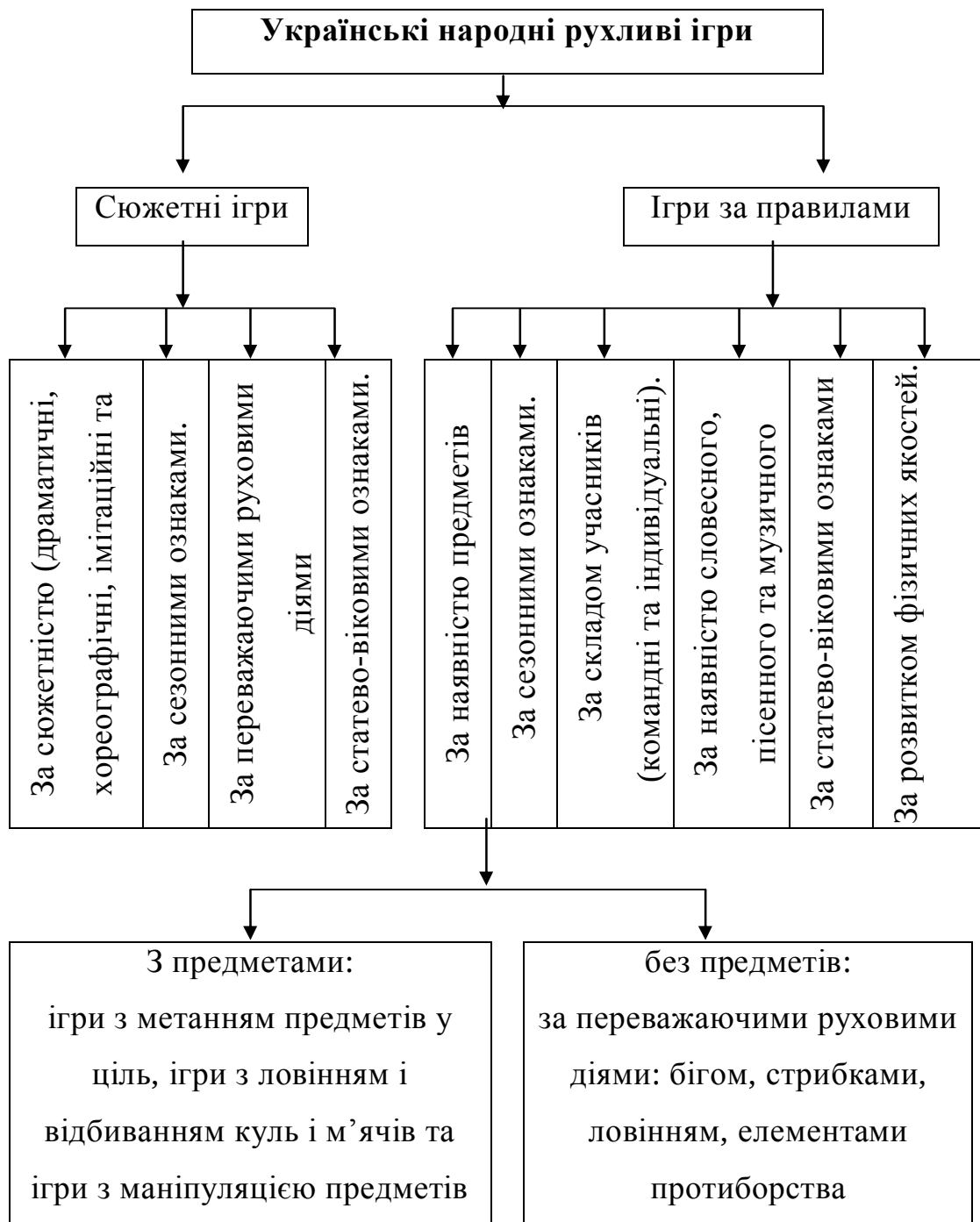
**Класифікація рухливих ігор за характером рухової діяльності
та розвитку фізичних якостей (за С.Б. Мудриком)**



Рухливі ігри				
Гімнастична лава, колодка, накреслена лінія, на площині, різноманітна рельєфність	На місці	Ігри з елементами рівноваги		
Переكاتи, перекиди, перевороти, стійки, шпагати, парні та групові вправи	В русі	Ігри з елементами акробатики		
До вираженого стомлення, з одноразовим навантаженням, з максимальною швидкістю	На місці	Ігри з елементами боротьби		
Танцювальні позиції, кроки різних танців	В партері	Ігри з елементами танцю		
Позбавлення страху, утримання і пересування тіла під водою і на воді	В стійці	Ігри на воді		
За виграш часу, до визначеної мети	Відчуття ритму	Ігри взимку (лижі)		
	Розвиток слуху			
	На міліні			
	На глибині			
	На рівнині			
	На пагорбах			
Сила	Швидкість	Витривалість	Спритність	Гнучкість

Класифікація українських народних ігор

(автори Є. Приступа та О. Бік)



Додаток В

**Хронологічний покажчик видруку книг з рухливими іграми
(за дослідженнями О.М. Вацеби)**

Рік	Укр-кою мовою	Рос-кою мовою	Книги
1922	1	-	Гра: Пісні та гри для дітей дошкільного віку / Уложив по етнографічним матеріалам Р. Вовк. – Одеса: Державне видавництво, 1922.
1923	6	-	1. Боберський І. Рухові забави і ігри / Переглянув Т. Франко. – 4-е вид. – Львів : Накладом “Сокола-Батька”, 1923.-56с. 2. Франко Т. Історія й теорія руханки.– Коломия; Львів : Накладом “Сокола-Батька”, 1923.-200 с.
1924	1	7	1 Суховерська О. Рухові забави й гри з мельодіями й примівками. – Львів, 1924. – 119 с. 2 Блях В., Голобородько М. Игры в мяч.- Харьков, 1924.- 18 с. 3. Блях В., Голобородько М. Избранные подвижные игры с 9 рисунками. – Харьков, 1924.- 28 с.
1925	10	17	1. Митрусь . Розвага на дозвіллі.- Харків; Київ, 1925.- 142 с. 2. Тараскин В. Подвижные игры для взрослых: сборник. – Харьков: Пролетарий, 1925.- 77 с.
1926	12	13	-
1927	12	10	1. Блях В., Павлов С. Ігри та розваги для молоді. – Харків, 1927. – 38 с. 2. Голобородько М. Подвижные игры: Краткое теоретическое и практическое руководство для инструкторов физ. культуры. – Харьков, 1927. – 117 с.
1928	15	32	1. Хейфец П. Гри юних піонерів: Перевод з білорусь. – Харків: ДВУ, 1928. – 76 с. 2. Ордин Л. П., Тир К. Песни и игры пионерскому отряду. – Херсон: Червоний селянин, 1928. – 66 с.
1929	27	20	1. Дзбанівський О. Пісні та ігри для дітей молодшого віку. – Харків: ДВУ, 1929. – 32 с. 2. Хейфец П., Задорин Н. Гри юних піонерів: Перевод з білорусь. – 2-е вид. – Харків: ДВУ, 1929. – 78 с. 3. Павлов С. Подвижные игры и развлечения зимой. – Харьков: ВФК, 1929. – 80 с.
1930	61	11	1. Біляєв П. Організація дитячого дозвілля. – Харків: ДВУ, 1930. – 84 с. 2. Дитячі гри в дошк. Садках і

			молодших групах шкіл / О. Рабинович, Х.О. Рабинович, В. Я. Штарк, Д. Е. Щуп. – Харків: ДВУ, 1930. – 64 с. 3. Павлов С. Гри піонерів на майданчику. – Харків: ДВУ, 1930. – 24 с. 4. Павлов С. Зимові гри та розваги на повітрі. – Харків: Молодий більшовик, 1930. – 42 с.
1931	85	1	1. Герценштейн С.Я. Ігри на повітрі для дорослих. – Харків: Медвидав, 1931. – 48 с. 2. Павлов С. Ігри та розваги на зимовому повітрі. – 2-е вид., випр. і допов. – Харків: На варті, 1931. – 80 с. 3. Шур Х. Фізкультурні ігри, змагання та виступи. – Х.: На варті, 1931. –132 с.
1932	42	3	Вонзблейн Ю. І. Вправи та гри зі стрибавкою. – Харків: На варті, 1932.- 36 с.
1933	43	2	1. Барбаріч В. Дозвілля дітей влітку на майдані. – Харків: На варті, 1933. – 44 с. 2. Московкін В. О. Масова фізкультурна робота, ігри та атракціони. – Харків: На варті, 1933. – 24 с.
1934	18	-	Московкін В. О. Масова фізкультурна робота, ігри й атракціони. – Харків: Медвидав, 1934. – 64 с.
1935	49	3	Коган Л. Пісня та гра на літньому майданчику в колгоспі. – Київ: Рад. Школа, 1935. – 19 с.
1936	52	9	1. Гри і розваги влітку / Уп. І. Прокопенко. – Київ: Рад. будів. і право, 1936. – 32 с. 2. Зимові зозваги / Уп. І. Прокопенко. – 2-е вид., випр. і доповн. – Київ: Рад. будів. і право, 1936. – 58 с. 3. І. Прокопенко. Гри та розваги. – Харків, 1936. – 28 с. 4. Ігри юних піонерів і школярів / Під ред. В. Лапія. – 2-е вид. і доповн. – Київ: Молод. Більшовик, 1936.– 146 с. 5. Панова Н. Ігри юних піонерів і школярів. – Київ: Комуніст, 1936. – 80 с.
1937	31	24	Шейко М. К. Ігри в початковій школі. – Київ: Рад. шк., 1937. 100 с.
1938	9	25	-
1939	9	13	-
1940	22	19	-
1941	5	18	-
1944	3	-	-

Додаток Д

МАЛІ ФОЛЬКЛОРНІ ФОРМИ

Додаток Д 1

Лічилки

1. Кіт-воркіт біля воріт чеше лапкою живіт. Лови!
2. Тікав заєць через міст, довгі вуха, куций хвіст. Ати далі не тікай!
Рахувати починай – раз, два, три – вийди ти!
3. Раз, два, три! Раз, два, три! Дули, дмухали вітри. Дули, дмухали щосили і горіхів натрусили. Натрусили так багато, поспішаємо збирати! Раз, два, три! Лови ти!
4. Котилася торба з високого горба, а у тій торбі – хліб, паляниця, кому доведеться, тому і жмуриться.
5. Бджілки в поле полетіли, на пахучі квітки сіли, стали в вулик мед нести.
Ми гуляємо – ти лови.
6. Раз, два, три! М'яч кидати будеш ти!
7. Щоб летіти на планету, збудували ми ракету. Раз, два, три, полетиш сьогодні ти!
8. Першим обруч докоти, й переможцем будеш ти!
9. Котику сіренький, котику біленький, котку волохатий, не ходи по хаті, вийди краще нас шукати. Раз, два, три! Лови!
10. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, впливає білий місяць! Хто до місяця дійде, той ховатися піде! Раз, два, три будеш ти!
11. Втікав заєць через міст, довгі вуха, куций хвіст. А ти далі не втікай, рахувати починай! Раз, два, три вийди ти!
12. Раз, два, три, чотири, п'ять, вийшов зайчик погулять. Як нам бути, що робити? Треба зайчика зловити! Будем знову рахувать: раз, два, три, чотири, п'ять!
13. Їде карета, дзвоном дзвенить, виходить пані коні лічить. Раз, два, три – вийди ти!

Додаток Д. 2

Мовчанки

Іду додому,
На зелену соломку.
На тій соломі
Сидить жаба.
Хто писне,
Той жабу хлисне.
Мені можна говорити
Сто раз,
А іншому – ані раз.

Шусть у піч!
Шусть у піч!
Сажай-виймай,
Сажай-виймай.

Ріжу, ріжу,
Я куштую, -
Гам!

Гончики-погончики,
Літали балабончики
По траві і росі,
У чужій стороні.
Збирали горішки,
Помовчимо трішки!

Чок-чок-чок,
Губи на гачок.
У мовчаночку
Мовчки граєм,
Ніби зовсім слів
Не маєм!

Грибочку-грибочку,
Не ховайся у лісочку!
Все одно тебе знайду,
І у кошик покладу!

Додаток Д. 3

Прозивалки (дражнилки)

Василь-дудка,	синці збирає!
На горі будка.	
Не займайте Василя,	Лізла пані по драбині
Він із будки вигляда.	Та й упала межи свині.
	- Не кусайте мене, свині,
	Бо я ваша господиня!
До-ре-мі-фа-соль-ля-сі,	
Їде циган на козі.	
Коза хвостом махає,	Вітя, Вікторець
Циган бубки збирає.	Виліз на стілець,
	У помії упав,
Товстий, як бочка.	Вуха позбивав.
Обдувсь, як барило.	Іди, Вітя до хати,
Тілом обріс, як кабан годований.	Та будем вуха чіпляти.
Мазаний, мазаний,	Засмійся, Андрійочку,
До колеса прив'язаний.	Дам тобі копій очку.
А колесо крутиться,	Підеш на торжок,
А Василько лупиться.	Купиш батіжок!
До-ре-мі-фа-соль-ля-сі,	
Їхав циган на козі.	Вітя, Вітя, Віті кар,
Коза хвостом махає,	Повів кози на базар.
Брикається,	Ніхто кози не купує,
Циган мухи ковтає та	Вітя сердиться й лютує!

Додаток Д. 4

Мирилки

Мирилка летіла,
На плече сіла.
Сказала тихенько:
- Миріться швиденько!

Ти – не ворог, я – не ворог.
Нам сваритись просто сором.
Помирились – помирились,
Щоб ніколи не сварились!

Мир-миром,
Пироги з сиром,
Вареники у маслі,
Ми дружечки красні.
Поцілуймося!
Помирімося!

Мир-миром, пироги з сиром,
Перепілка в животі.
Будем миритися,
Будем дружитися!

Не дивися так сердито,
Дуже хочу я дружити.
Ось мізинчик, мізинець –
Сварки нашої кінець!

Через тин вишня похилилася,
Дружка з дружкою посварилися:
“тобі яблучко, мені грушечка,
Не сварімося, помирімося,
Моя дружечка!”

Ти не плач, не плач, не плач.
І скоріш мені пробач.
І на мене ти не сердься,
Бо у тебе добре серце.
Будемо завжди дружити
І ніколи не сваритись!

Дай скоріш мізинчик свій,
Зачеми його за мій.
Мізин-мізин-мізинець-
Помирив нас?
Молодець!

Винний я і винний ти.
Так буває в нас завжди.
То ж обоє уклонилися
І тихенько помирилися.
Миристь, миристь, миристь
І більше не сварись!

Додаток Д. 5

Заклички

Іди, іди, дощику!
 Зварю тобі борщику
 У полив'янім горщику,
 А собі – то кашки,
 Стрибати гопашки.
 Гопа-гопа-гопашечки,
 Наївшися вже кашечки!

Теплий дощику, іди,
 Веселіше припусти.
 На жита молодії,
 На дерева, на куші,
 На розквітлії сади,
 Теплий дощику, іди!

Дощику, дощику,
 Не мани, не мани
 Та сильніше сипани, сипани.
 Цебром, відром, дійничкою,
 Холодною водичкою
 Над нашою пашничкою!

Дощику, дощику, перестань,
 Я поїду напристань
 Богу молитися,
 Христу поклониться.
 А у Бога сирота,
 Отворяє ворота

Ключиком замочком,
 Золотим платочком.

Вийди, вийди, сонечко,
 На широке полечко,
 На наше подвір'ячко,
 На бабине зіллячко.

Там дід косить
 Сонця просить,
 Хмарку розбирає,
 Сонця добуває.
 Бий, дзвоне, бий!
 Хмару розбий!

Вийди, вийди, сонечко,
 Посміхнись в віконечко,
 Ми тебе чекаємо,
 Пісеньку співаємо!

Вийди, вийди, сонечко,
 На дідове полечко,
 На бабине зіллячко,
 На наше подвір'ячко,
 На весняні квіточки,
 На маленькі діточки.
 Ось вони граються –
 Тебе дожидаються!

Додаток Д. 6

Скоромовки

1. Босий хлопець сіно косить. Роса росить ноги босі.
2. Семен сказав своїм синам: “Сини скосіть сіно”. Сини скошили сіно. Старий Семен сказав своїм синам: “Спасибі!”
3. Хитру сороку спіймати морока, а на сорок сорок – сорок морок.
4. Ти, малий, скажи малому, хай малий малому скаже, хай малий теля прив’яже!
5. Сів шпак на шпаківню, заспівав пісню півню: “Ти не вмієш так, як я, так, як ти, не вмію я!”
6. Роса росила, а коса косила!
7. В ямі не спиться вусатому сому, сому вусатому сумно самому.
8. Карл у Клари украв корали. Клара у карла украла корнет.
9. Скоромовка невеличка в ліс ходила по сунички. Назбирала в кошик трішки. Заболіли в неї ніжки. Сіла на горбку в травичці і поїла всі суніці.
10. На місточку скоромовка сіроманця встріла вовка. Скоро мовить вовк почав – ледь язик не поламав! Бо була та скоромовка для Івася – не для вовка!

Додаток Д. 7

Загадки

- Дві матері, дві доньки та бабуса з внучкою. Скільки душ у сім'ї? (Троє).
- Горіло сім свічок, дві з них погасли. Скільки свічок залишилося? (Дві, які погасли, а решта згоріли).
- Сім братів і у кожного одна сестра. Скільки всіх сестер? (Одна).
- Що найнижче? (Вода).
- Що найважче? (Вогонь).
- Що пече без вогню? (Окріп).
- Сім соколят на одній постелі сплять. (Тиждень).
- У зеленому лісочку, хто сидить там на дубочку? У ночі мишей полює, - діточок своїх годує. (Сова).
- Маленький, кругленький, по землі стрибає, діток звеселяє. (М'ячик).
- Два братика через дорогу живуть, один одного не бачать (Очі).
- У зеленому лісочку, хто сидить там на дубочку? У ночі мишей полює, - діточок своїх годує (Сова).
- У темнім лісі проживає, хвіст рудий, пухнастий має. Їй на місці не сидиться, як звуть її? (Лисиця).
- Хоч у нього шуба є та як холод настає він не їсть тоді, не п'є, і не ходить, не гуляє, а у лігво спати лягає (Ведмідь).
- Живе на болоті у червоних чоботях, довгі ноги має, жабок любить (Журавель).
- Сіренький, пухнастий, біля печі гріється, без води вмивається, молочко любить, на мишок поглядає (Котик).
- Я вухатий ваш дружок, в мене сірий кожушок, куций хвостик, довгі вуха та боюся всіх я дуже (Зайчик).
- Вони люблять гратися, люблять усміхатися і гарненькі всі, як квіти, це веселі наші... (Діти).

Додаток Е

АНКЕТУВАННЯ УЧНІВ

Додаток Е. 1

Шановний друже! Просимо тебе допомогти нам визначити рівень виховання наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності. Для цього вибери серед запропонованих відповідей на запитання анкети ті, які характерні для тебе. Вибрані відповіді відміть знаком V.

1. Що ти найчастіше відчуваєш під час рухливих ігор? Вибери п'ять варіантів відповідей.
☐ радість; ☐ задоволення; ☐ гордість; ☐ гідність; ☐ впевненість; ☐ подив;
☐ співпереживання вчителю та учням; ☐ нудьга; ☐ досада; ☐ приниження;
☐ невпевненість; ☐ незадоволеність; ☐ занепокоєння; ☐ образа; ☐ страх.
2. Чи змінюється твій настрій під час рухливих ігор залежно від несприятливої ситуації та оточення?
☐ ніколи; ☐ іноді; ☐ часто; ☐ завжди.
3. Що найчастіше викликає у тебе позитивні емоції під час рухливих ігор? Вибери п'ять варіантів відповідей.
☐ здатність самому грати; ☐ цікаве проведення рухливої гри;
☐ можливість позмагатися з товаришами і перемогти;
☐ похвала вчителя та однолітків; ☐ позитивна оцінка за перемогу;
☐ можливість не думати під час гри;
☐ можливість отримати позитивну оцінку (похвалу), не докладаючи особливих зусиль;
☐ можливість не готувати складні домашні завдання;
☐ легкість гри; ☐ відсутність нових складних елементів під час гри;
☐ можливість не дотримуватися дисципліни під час рухливих ігор.

4. Що спонукає тебе до рухливих ігор?
- ☐ бажання засвоювати нові знання, рухи; ☐ інтерес до самої гри;
 - ☐ бажання зміцнити здоров'я, розвинути свої фізичні якості та здібності;
 - ☐ бажання бути серед кращих учнів та отримувати позитивні оцінки (похвалу); ☐ бажання уникнути неприємностей від учителя та батьків, що не грав з усіма.
5. Ти найчастіше граєш у рухливі ігри:
- ☐ з великим інтересом і відчуттям потреби у фізичному вдосконаленні;
 - ☐ з помірним інтересом; ☐ зі слабким інтересом; ☐ зовсім без інтересу.
6. Чи зникає в тебе інтерес до рухливих ігор залежно від несприятливої ситуації та оточення?
- ☐ ніколи; ☐ іноді; ☐ часто; ☐ завжди.
7. Вибери серед запропонованих висловлювань ті, які характерні для тебе.
- ☐ я багато рухаюсь, при потребі, під час рухливих ігор;
 - ☐ я активно засвоюю нові рухи;
 - ☐ я умію планувати і проводити самостійно різні рухливі ігри;
 - ☐ я умію розвивати свої фізичні якості;
 - ☐ я постійно виконую домашні завдання з фізичної культури;
 - ☐ я постійно беру участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах, які проводяться у школі;
 - ☐ я займаюся у фізкультурному гуртку (спортивній секції);
 - ☐ я систематично виконую самостійно фізичні вправи.

Школа

Клас

Прізвище, ім'я

Додаток Е. 2

Анкета “Людина та її здоров’я”

Шановний друже, в даній анкеті постав знак V навпроти відповідей, які є правильними на твою думку.

1. Як ти гадаєш, що є показниками здоров’я?

- ☐ сила; ☐ краса; ☐ розум; ☐ маса тіла; ☐ довголіття; ☐ пульс; ☐ зріст;
☐ наявність зубів.

2. Що потрібно для розвитку сили м’язів?

- ☐ вправи на тренажерах; ☐ здоровий сон; ☐ посильна фізична праця;
☐ вправи, що виконуються досить швидко; ☐ побільше їсти солодощів та їсти, коли захочеться; ☐ вправи з виконанням нахилів тулуба, махів руками й ногами; ☐ вправи на подолання маси власного тіла (віджимання, підтягування тощо).

3. Для чого потрібне здоров’я?

- ☐ щоб бути гарним; ☐ щоб добре вчитися;
☐ щоб продуктивно працювати, бути життєрадісним, щасливим.

4. Чи залежить здоров’я людини?

- ☐ спадковості; ☐ способу життя; ☐ рівня розвитку медицини; ☐ клімату;
☐ води; ☐ настрою; ☐ стану екології.

5. Чи впливає на здоров’я людини?

- ☐ займатися улюбленою справою; ☐ вживання алкогольних напоїв;
☐ після гарної праці активний відпочинок; ☐ щодня робити ранкову зарядку;
☐ раціонально та в один і той же час харчуватися; ☐ не палити; ☐ стежити за чистотою свого тіла; ☐ просторість; ☐ чистота в квартирі (хаті, класі, школі);
☐ порядок та охайність; ☐ відповідність меблів зросту та віку; ☐ розміщення меблів; ☐ доброзичливо ставитися до інших людей;
☐ регулярне провітрювання; ☐ систематичне прибирання.

6. Що зміцнює здоров’я?

- ☐ праця; ☐ роздратованість; ☐ злостивість; ☐ гнів; ☐ краса; ☐ радість;

- ☐ образа; ☐ гнів; ☐ страх; ☐ лінощі; ☐ жалощі до себе; ☐ байдужість; ☐ віра;
- ☐ шкідливі звички; ☐ неврівноваженість; ☐ любов; ☐ доброта; ☐ природа;
- ☐ фізкультура; ☐ наполегливість; ☐ правильне харчування; ☐ рухливі ігри та естафети; ☐ конфлікти в сім'ї; ☐ взаєморозуміння між людьми.

7. Яка працездатність позитивно впливає на здоров'я людини?

- ☐ розумова; ☐ фізична; ☐ чергування розумової та фізичної;
- ☐ легка; ☐ висока; ☐ низька.

8. Які чинники є причиною перевтоми?

- ☐ довгий сон; ☐ неправильна організація праці; ☐ перевантаження навчанням; ☐ тривалий активний відпочинок; ☐ втрата апетиту;
- ☐ понижений тиск; ☐ зниження успішності; ☐ розлади сну; ☐ нехтування правилами гігієни.

9. Які природні чинники сприяють збереженню здоров'я?

- ☐ заводи; ☐ ліси; ☐ чисте повітря; ☐ часник; ☐ забруднена річка; ☐ дим;
- ☐ корова; ☐ зубна щітка; ☐ кропива; ☐ воші; ☐ джерельна вода; ☐ клімат;
- ☐ миша; ☐ сонце; ☐ автомобіль.

10. Що потрібно робити для збереження здоров'я?

- ☐ мати доброзичливі стосунки з друзями;
- ☐ сваритися, битися з товаришами; ☐ не мстити своєму кривдникові;
- ☐ мати позитивні емоції: радість, захоплення, надія;
- ☐ знати про смуток, страх, заздрість; ☐ бути ввічливим, пунктуальним;
- ☐ доводити свою правоту словами, а не кулаками;
- ☐ переходити дорогу там, де зручніше;
- ☐ дратувати, по можливості, котів і собак;
- ☐ включати електроприлади, коли заманеться;
- ☐ побільше відпочивати перед телевізором, після важкої праці.

Додаток Е. 3

Шановний друже! Просимо тебе допомогти нам визначити рівень вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній ігровій діяльності. Навпроти запитань потрібно поставити знак “+” (так), “-” (ні) та при необхідності дати коротку відповідь:

1. Чи любите Ви грати в ігри?
2. В які ігри Ви граєте частіше: рухливі чи народні?
3. Чим вони відрізняються?
4. Чи подобається Вам грати в ігри після уроків? Чому?
5. Коли найчастіше хочеться грати в ігри: вранці, після уроків, ввечері?
6. Де б Ви хотіли грати в ігри найчастіше: на уроках, на уроках фізичної культури, на перерві, після уроків, вдома? Чому?
7. Де Ви найбільше любите грати в ігри: біля річки, у полі, у лісі, у класі, у коридорі, на шкільному майданчику, в спортивному залі, у своїй кімнаті, на подвір'ї, у парку? Чому?
8. Вибери елементи рухів в іграх, які Вам найбільше до вподоби та поясни ?
 - ігри з елементами стройових вправ (“До своїх прапорців”, “В шеренгу шикуйсь”, “Клас, струнко”);
 - ігри з елементами загально-розвиваючих вправ (“Батько і діти”, “Мак”, “Шевчик”, “Дрова”, “Адам і Єва”, “Розбите Яєчко”, “Ой вийтеся, огірочки”, “Боротьба кажана з вітром”, “Кіт потягується”, “Гуси на воді”, “Пташка”, “Мокрий кіт”, “Пузир”, “Боцюн і криниця”);
 - ігри з ходьбою (“Петре, де ти?”, “Панас”, “Жмурки”, “Підхід вартових”, “Звідки ти?”, “Гарбуз”, “Міст”, “Нічний марш”, “Дуб чи береза”);
 - ігри з бігом (“Іду на Ви!”, “Гуси”, “Пень”, “День і ніч”, “Хатина”, “Регіт”, “Дуб”, “Запорожець на Січі”, “Проводи русалки”, “Скажений бугай”, “Рибалки і риби”, “Кіт і миша”, “Квачі парами”, “Доганяй, втікаючи”, “Ворон”, “Воробей”, “Дикі кози”, “Яструб”, “У колдуна”, “Хрещик”, “Лисиця і заєць”, “Сірий кіт”, “Кавуни”, “Мур”, “Ковбаса”);
 - ігри зі стрибками (“Вовки і кози”, “У довгі лози”, “Переправа через річку”,

“Гречка”, “Тинок”, “У річку гоп”, “Спутані коні”, “Півник”);

- ігри з метанням (“Бабу перевозити”, “Хто далі кине”, “Влучний стрілець”, “Захисник фортеці”, “Пошивай”, “Квач з м’ячем”, “Штандер”, “Квочка”, “Круговий”, “На полюванні”, “Мисливець і качки”, “Перепелиця”, “Мушка”, “Шкандибки”, “Бабок”, “У скраклі”);
 - ігри з елементами прикладних вправ: лазіння, перелізання, переповзання
 - (“Дістати сало”, “Стовп”, “Повінь”, “Скалолаз”, “Кубло”, “Незграбний ведмідь”, “Западня”, “Павук”, “Куниця і білки”, “Підвісний міст”, “Тунель”, “Юркий вуж”);
 - ігри з елементами рівноваги (“Гойдалки”, “Журавель”, “Ластівка”, “Навпереваги”, “Жук”, “Рак-неборак”, “Пересування на бочці”, “Дресировка звірів”, “Метелиця”, “Круть-верх”, “Млин”);
 - ігри з елементами акробатики (“Краб”, “Каракатиця”, “Перекоти-поле”, “Розпечене колесо”, “Павук”, “Жабка”, “Качалка”, “Дзвін”);
 - ігри з елементами боротьби (єдиноборств без кидкових прийомів) (“Буряк”, “Тягти бука”, “Ріпка”, “Коромисло”, “Бій півнів”, “Кіт в мішку”, “Княжий острів”, “Дружина і татари”, “Перетягування полинві”);
 - ігри з елементами танцю (“Сива шапка”, “Женчичок”, “Гоп-скок”, “Метелиця”, “Трійки”);
 - ігри на воді (“Морський бій”, “Мисливці і качки”, “Швидкий краб”, “Коловорот”, “Крокодил”, “Колода”, “Щупаки”, “Невід”, “Квачі”, “Морж”, “Водяна змія”, “П’явка”);
 - ігри на лижах (“Наздожени втікаючи”, “Буксировка”, “Квач на лижах”, “Лижник без палиць”, “Трійки”, “Стогони”, “Хто далі”, “Шеренгою з гірки”, “Мисливець на полюванні”);
 - ігри з елементами футболу (“Злови м’яч”, “Удар на точність”, “М’яч у коло”, “Рикошет”, “Перехоплення м’яча”, “М’яч по колу”, “Влучити у ціль”, “Зустрічна естафета”, “Гра у квадраті”, “М’яч через тунель”).
9. З якою кількістю дітей Вам подобається грати в ігри: з усім класом, з невеликою групою дітей, з декількома дітьми? Поясніть відповідь.

Додаток Ж

Схема спостережень

Зміст спостережень	Результати спостережень (написати, підкреслити)
1.Назва гри	Групова, командна
2.Основне педагогічне завдання гри	
3.Склад учасників	Кількість: хл. , дічаток , вік
4.ППП учня за яким спостерігається	
5.Підготовка гравців /гравця/	Часто грає, рідко, спортивна форма
6.Пульс перед початком гри	В учня, за яким спостерігається
7.Яку роль виконує в грі	Лідер, капітан, учасник
8.Які якості проявили (проявив) учасники гри?	Ініціативу, технічну грамотність, дисциплінованість, лідер, правдивість, мудрість, наполегливість
9.Як відноситься до партнерів по грі (взаємовідносини ігравців у команді)?	Взаємовиручка, взаєморозуміння, терпимість, невдоволення, повага
10.Чи володіють учасники (учень) технікою гри?	Так, слабо, не володіє
11.Відношення до перемоги в грі, до поразки	Вираз радості, сум, байдужість, розлюченість, вступав у суперечку
12.Пульс після закінчення гри	В учня, за яким спостерігається
13.Відношення команди (учня) до проведеної гри	Не сподобалася, задоволений, хоче зіграти ще
14.Можливі варіанти гри, доповнення її вчителем	
15.Запропоновані нові варіанти проведеної гри командою (учнем)	

Додаток 3

ПАМ'ЯТКИ ДЛЯ БАТЬКІВ

Додаток 3.1

Поради батькам. Як виростити геніальну дитину?

Тоді скористайтеся порадами Девіда Льюїса, який узагальнив досвід тисяч людей, де є обдаровані діти.

1. Я відповідаю на всі питання дитини наскільки можливо терпляче і чесно.
2. Серйозні питання і висловлення дитини я сприймаю всерйоз.
3. Я поставив стенд, на якому дитина може демонструвати свої роботи.
4. Я не лаю дитину за безладдя в її кімнаті або на столі, якщо це пов'язано з творчим заняттям і робота ще не закінчена.
5. Я надав дитині кімнату або частину кімнати винятково для його занять.
6. Я показую дитині, що вона любима такою, якою є, а не за її досягнення.
7. Я доручаю дитині посильні турботи.
8. Я допомагаю дитині будувати її власні плани і приймати рішення.
9. Я беру дитину в поїздки по цікавих місцях.
10. Я допомагаю дитині поліпшити результат її роботи.
11. Я допомагаю дитині нормально спілкуватися з дітьми із різних соціальних і культурних шарів.
12. Я встановлюю розумний поведінковий стандарт і стежу, щоб дитина його виконувала.
13. Я ніколи не говорю дитині, що вона гірша інших дітей.
14. Я ніколи не караю дитину приниженням.
15. Я постачаю дитину книгами і матеріалами для її улюблених занять.
16. Я привчаю дитину мислити самостійно.
17. Я регулярно читаю дитині.
18. Я привчаю дитину до читання з малих років.
19. Я спонукую дитину придумувати історії, фантазувати.
20. Я уважно відношуся до індивідуальних потреб дитини.

21. Я знаходжу час щодня, щоб побути з дитиною наодинці..
22. Я дозволяю дитині брати участь у плануванні сімейних справ і подорожей.
23. Я ніколи не дражню дитину за помилки.
24. Я хвалю дитину за виучені вірші, розповіді і пісні.
25. Я вчу дитину вільно спілкуватися з дорослими будь-якого віку.
26. Я розробляю практичні експерименти, щоб допомогти дитині більше довідатися.
27. Я дозволяю дитині грати з усяким мотлохом.
28. Я спонукаю дитину знаходити проблеми і потім вирішувати їх.
29. У заняттях дитини я знаходжу гідне похвали.
30. Я не хвалю дитину безпредметно і нещиро.
31. Я чесний в оцінці своїх почуттів до дитини.
32. Не існує тем, що я зовсім виключаю для обговорення з дитиною.
33. Я даю можливість дійсно приймати рішення дитині.
34. Я допомагаю дитині бути особистістю.
35. Я допомагаю дитині знаходити заслугуючи увазі телепрограми.
36. Я розвиваю у дитини позитивне сприйняття його здібностей.
37. Я ніколи не відмахуюся від невдач дитини, говорячи: “Я це теж не вмію”.
38. Я заохочую в дитині максимальну незалежність від дорослих.
39. Я вірю в здоровий глузд дитини і довіряю їй.
40. Я віддаю перевагу, щоб основну частину роботи, за яку взялася дитина, вона виконувала самостійно, навіть якщо я не упевнений у позитивному кінцевому результаті.

Якщо ви згодні з 20% з цих порад, то, імовірно, над іншими варто ще подумати. Але якщо вони вас влаштовують цілком або хоча б на 90%, мабуть, вам належить трохи остудити виховний запал і надати більшу волю як собі, так і дитині.

Додаток 3.2

Заповіді для батьків.

1. Не чекайте, що ваша дитина буде такою, якою є Ви, або такою, як Ви хочете. Допоможіть їй стати не Вами, а собою.
2. Дайте простір для розвитку. Нехай грається, вовтузиться у калюжі, вимащується у фарбах, набиває гулі – це наука долати перші труднощі і творити щось своє, виявляти власну індивідуальність.
3. Не жадайте від дитини плати за все, що ви для неї зробили. Ви дали їй життя, як вона може віддячити вам? Вона дасть життя іншому, той – третьому, і це – незворотний закон подяки.
4. Не вимагайте занадто. Дитя не мусить жити на межі своїх можливостей. Не зациклюйтеся на поведінці та успішності.
5. Не зганяйте на дитині свої образи, щоб у старості не їсти гіркий хліб. Бо що посієте, те й зійде.
6. Не ставтеся до її проблем зверхньо. Життя дане кожному під силу, й, будьте упевнені, дитині важче не менше, ніж вам, а може, й більше, оскільки в неї немає досвіду.
7. Не принижуйте дитину ні словами, ні вчинками. Дитина не вільна поведися з Вами так, як Ви з нею – обізвати, ударити, принизити.
8. Знаєте “золоте” правило стосунків: “Нехай Ваше ставлення до людей буде таким, якого б Ви до себе бажали”. Ваше дитя теж людина. Ставте себе на його місце.
9. Не обмежуйте дитину у любові, ніжності, пестіть, говоріть доброзичливі слова, хваліть дитину за найменші успіхи – це підвищить її самооцінку. А коли ставите їй поведінкові рамки, обґрунтовуйте їх.
10. У вихованні повинен бути пряник і відсутність його.
11. Поясніть, що у чада є “тил”, дитя завжди може розраховувати на вашу допомогу.

12. Забудьте про насильство, бійку, образи, примус, заборони без пояснень. Адже роблене з примусу стає огидним, а заборонений плід – солодшим.

13. Не намагайтеся криком примусити дитину не плакати при невдачі, не сердьтесь, якщо вона плаче з цього приводу. Можливо, причина невдач у сімейних конфліктах. Зверніть на це увагу.

14. Дитина Вас безвідмовно слухатиметься, коли Ви будете для неї авторитетом. Чи може бути авторитетом тиран або той, кому сіли на голову.

15. Не забувайте, що найважливіші зустрічі людини – це її зустрічі з дітьми. Звертайте більше уваги на них – ми ніколи не можемо знати, кого ми зустрічаємо в дитині.

16. Не мучте себе, якщо не можете зробити щось для своєї дитини. Мучтесь, якщо можете – але не робите. Пам'ятайте, що для дитини зроблено недостатньо, якщо не зроблено все.

17. Дитина – це не тиран, що заволодіває всім вашим життям, не тільки плід плоті й крові. Це та дорогоцінна чаша, яку життя дало вам на зберігання й розвиток у ньому творчого вогню. Це розкріпачена любов матері й батька, у яких буде рости не “наша”, “своя” дитина, а душа, дана на зберігання.

18. Умійте любити чужу дитину. Ніколи не робіть чужому те, що не хотіли б, щоб робили вашому малюкові.

19. Утримуйтеся від заборонених виразів, висловлювань, особливо при дитині.

20. Любіть свою дитину будь-якою – не талановитою, не удачливою, дорослою. Спілкуючись із нею – радійте, тому що дитина – це свято, яке поки що з вами.

Додаток 3.3

Бажані та заборонені висловлювання для батьків (прочитайте їх уважно та відзначте, наскільки часто ви говорите це дитині)*Заборонені висловлювання:*

1. Яблуко від яблуні недалеко падає.
2. Ти такий самий ледар, як і твій батько.
3. Не намагайся знову викинути якийсь вибрик.
4. Мені набридло червоніти за тебе.
5. Знову все робив тяп-ляп, мені простіше самій усе прибрати, ніж після тебе переробляти.
6. Я тисячу раз говорила тобі, що...
7. Скільки разів потрібно повторювати...
8. Про що ти тільки думаєш...
9. Невже тобі важко запам'ятати, що...
10. Ти став таким (скупним, грубіяном, неуважним...).
11. Всі діти...(такі, так себе поведуть...), а ти...
12. Що тобі говорити, якщо ти такий...
13. Сьогодні покаранням для тебе буде...
14. Що ти до мене причепилася.
15. Ти такий же, як і твої батьки (у поганому розумінні).
16. Не мішай мені працювати.
17. Ти малий, тому й не розумієш...
18. Ти тупий, дурний, ледачий...
19. Тебе потрібно бити кожний день.
20. Ти тут лишній тощо.

Бажані висловлювання:

1. Не опускай руки. У тебе все вийде, тільки почни ще раз заново...
2. Ми за тебе будемо вболівати...
3. Ми впевнені, що ти зможеш добре поводитися.

4. Молодець! Ти мені так допоміг! Без тебе я точно не впоралася б із прибиранням...
5. Ти у нас надія, радість...
6. Ти у нас самий розумний, але не зазнавайся.
7. Ти у нас сама найкрасивіша, бо ти наша доця.
8. З тобою нам так легко...
9. Ти нас завжди правильно розумієш.
10. Добре, що ти розумієш і підтримуєш нас завжди.
11. Порадь мені (нам), ти ж так добре, краще знаєш ...
12. Я б ніколи не змогла б зробити це так добре, як ти...
13. Я б ніколи не змогла б зробити це так добре без тебе.
14. Як ми тобі вдячні...
15. Ти у нас молодець.
16. У мене і у твого батька немає нікого ближче, ріднішого, чим ти.
17. Ми віримо тобі завжди, але ти нас не обдурюй ніколи. Гірка правда краще, чим солодка брехня.
18. Як добре, що ти (ви) у нас є.
19. Дитиночко, ти наше майбутнє.
20. Ти наше сімейне дзеркало вихованості, доброти, поваги, любові...тощо.

Додаток 3. 4

Тест. Чи вмієте Ви виховувати дитину?

(Не дивуйтеся цьому запитанню, адже виховання дітей – дар, який є не в усіх. Володієте Ви ним чи ні – підкаже тест. Відповідайте на запитання психологів “так” або “ні”)

- Чи є у Вашої дитини окрема кімната? *Так – 5 балів, ні – 1.*
- Чи кожного дня Ви приділяєте увагу і час дитині? *Так – 5, ні – 1.*
- Чи терплячі Ви, коли дитина вередує, погано їсть? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*

- Чи пробачаєте Ви дитині пустощі? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*
- Чи застосовуєте Ви тілесні покарання? *Так, часто – 1, інколи – 3, принципово ні – 5.*
- Чи хотіли б Ви, щоб Ваша дитина з вами всім ділилася? *Так – 1, інколи – 3, ні – 5.*
- Ваша дитина слухняна? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*
- Якщо Ви щось забороняєте дитині, то пояснюєте причину заборони? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*
- Чи вимагаєте Ви від дитини виконання всіх обов'язків, які вона, на Вашу думку, повинна виконувати? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*
- Ви читаєте спеціальну педагогічну літературу? *Так – 5, інколи – 3, ні – 1.*

Тепер підрахуємо бали:

10-23 бали – схоже, що Ви неправильно виховуєте своїх дітей. Чим менше Ви набрали балів, тим ближчі до істини. Дитина може замкнутися і віддалитися від вас.

24-37 балів – Ваші погляди на виховання в цілому правильні, проте Вам треба більше часу приділяти дитині, бо можуть з'явитися проблеми

38-50 балів – Ви здібний вихователь, терплячий, наполегливий і люблячий.

Додаток 3.5

Тест. Чи добре Ви розумієте своє чадо?

Відповідайте на кожне запитання тесту розробленими психологами та педагогами одним із запропонованим варіантом - “так”, “ні”, “не знаю”.

1. На деякі вчинки дитини Ви часто реагуєте “вибухом”, а потім жалкуєте про це.
2. Інколи Ви користуєтеся допомогою чи порадами інших осіб, коли не знаєте, як реагувати на поведінку Вашого чада.
3. Ваш досвід та інтуїція – найкращі радники у вихованні дитини.
4. Вам інколи трапляється довірити дитині таємницю, яку б Ви нікому іншому не розповіли.

5. Вас ображає негативна думка про Вашу дитину.
6. Вам трапляється просити сина чи доньку вибачення за свою поведінку.
7. Ви вважаєте, що дитина не повинна мати секретів від батьків.
8. Ви помічаєте відмінності між своїм характером і характером дитини, це інколи радує Вас.
9. Ви занадто сильно переживаєте неприємності чи невдачі дитини.
10. Ви цілком можете втриматися від покупки цікавої іграшки (навіть якщо є гроші), тому що знаєте, що ними перенаповнено дім.
11. Ви вважаєте, що до певного віку кращий виховний аргумент для дитини – фізичне покарання.
12. Ваше дитя саме таке, про яке Ви мріяли.
13. Ваша дитина приносить Вам більше турбот, ніж радості.
14. Інколи Вам здається, що дитя учить Вас новим думкам чи поведінці.
15. Конфлікти з власною дитиною бувають у Вас частіше, ніж із будь-якою іншою людиною.

Підрахуємо результати: за кожну відповідь “так” на запитання 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, а також на відповіді “ні” на запитання 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 Ви отримуєте по 10 балів. За кожну відповідь “не знаю” – 5 балів.

100-150 балів. Ви чудово розумієте своє чадо. Ваші погляди і судження з приводу виховання допомагають Вам бути чудовими батьками. Якби трішечки більше терплячості, Вас можна було б назвати зразковими батьками, яким серйозні конфлікти у сім’ї не загрожують. Ви завжди знайдете правильне рішення, не принижуючи ні дитину, ні себе.

50-99 балів. Наявні проблеми з дитиною, швидше за все, мають тимчасовий характер. Вам не вистачає зовсім трішки, щоб стати зразковими батьками – поставтесь до себе з більшою критикою. Не бійтесь, що при цьому постраждає Ваш батьківський авторитет – навпаки, дитина буде Вас ще більше поважати. Рідше виправдовуйтеся нестачею часу чи характером дитини.

0-49 балів. Вашій дитині можна набагато більше поспівчувати, ніж Вам.

До батьків – друзів і поводитирів по важкій дорозі життя – Вам ще дуже далеко. Але все ще можна виправити. Спробуйте поводитися інакше, визнайте, що дитина – особистість. Може бути, варто звернутися до досвіду інших сімей, де більшість проблем вирішується мирно і мудро, і мабуть, серед Ваших знайомих є такі.

Додаток 3.6

10 “золотих правил” американського психолога Віктора Кляйна щодо виховання щасливих дітей.

1. Стимулюйте інтелект дитини. Створюючи необхідне середовище, можна підвищити коефіцієнт розумового розвитку дошкільняти на 25-30 одиниць або, навпаки, знизити на 50-80 одиниць (якщо життя дитини буде одноманітним, нецікавим і безрадісним).

2. Навчіть дитину спілкуватися. Для цього необхідна наявність хоча б п'яти ось таких складників: щира любов батьків (породжує почуття захищеності); доброзичливість інших дорослих, не лише рідних та близьких (позбавляє комплексів); зовнішня привабливість малюків, а особливо – підлітків (одяг, манери); обґрунтована впевненість у собі (кожен у чомусь сильніший); добрий запас слів (а як інакше спілкуватися).

3. Виховуйте відповідальність і порядність. Не лише за принципом “що таке добре і що таке погано“, а перш за все на власному прикладі і, головне, вчасно. Не втрачайте нагоди: у підлітковому віці симпатії перейдуть із батьків на однолітків. І приклад Ваші діти вже братиму не з Вас.

4. Слідкуйте за тим, щоб дитина не перетворилася на “телемана”. Телевізор, відео, навіть комп'ютер здатні “красти” години, дні, роки. Соціологи запевняють, що дошкільнята просиджують перед блакитним екраном у середньому до 50 годин на тиждень. Тобто більше, ніж студенти коледжів за весь час навчання. Медики вважають, що це гальмує розвиток лівої півкулі головного мозку, яка відповідає, зокрема, за розвиток мовлення. А це означає, що з часом у дитини можуть виникнути проблеми зі спілкуванням.

Телепередачам слід протиставити заняття спортом, музикою, читанням, корисною домашньою роботою.

5. Привчіть дитину пишатися своєю родиною, поважати її традиції.

Із перших днів оточіть їх увагою та пестощами. Діти мають бачити, що, ідучи на роботу і повертаючись додому, тато і мама ніжно цілуються, бажають одне одному вдалого дня – ритуал такий добрий, родинний. Найліпший спосіб виявити батьківську любов – кохати матір своїх дітей. Зігріта коханням чоловіка, вона добре ставиться до своєї родини. Дитина з раннього віку починає усвідомлювати: гармонійне сімейне життя – це у першу чергу рівноправність у взаємостосунках, відповідальність перед коханою людиною, доброта і ніжність.

6. Формуйте самоповагу. Власний образ, закріплений свідомістю, є визначальним під час ухвалення будь-якого рішення: при виборі друзів, у коханні, під час профорієнтації.

7. Живіть у доброму оточенні. Друзі, яких оберуть Ваші діти, впливатимуть на їхні моральні орієнтири, поведінку. Тому уважно придивляйтеся до сусідських дітей, цікавтеся репутацією школи, до якої ходять Ваші діти. Потурбуйтеся про те, щоб розширити коло знайомств Вашої дитини з дітьми із хороших сімей. Якщо Ви живете на соціально-психологічному смітнику, дітям важко буде вийти з нього і пахнути трояндами.

8. Будьте вимогливими. Діти з високою самооцінкою, почуттям власної гідності, вмінням робити щось краще за інших, зазвичай, виростають у сім'ях, де до них застосовували високі вимоги: підтримувати лад у хаті, організовувати свій відпочинок, добре поводитися. Але не перегніть палицю – не будьте тиранами. І враховуйте: слухняними, акуратними, розумними діти стають не відразу. Треба буде багато їхніх і Ваших зусиль протягом багатьох років. Тож будьте терплячими.

9. Привчайте дитину до праці. Якоюсь мірою Ви можете запрограмувати майбутній життєвий успіх своєї дитини. Привчіть її без примусу виконувати доручену справу, допоможіть заповнити життя цікавими та потрібними справами. Хай звикає долати труднощі. Нехай дитя упевниться,

що багато на що здатне.

10. Не робіть за дітей те, що вони здатні зробити самі. Нехай усе перепробують. Хай вчаться на своїх помилках.

І запам'ятайте: якщо у важку хвилину саме Ви опинитеся поруч – як товариш, а не як бос – дитина, можливо, довірить Вам свою “страшенну таємницю” і прислухається до Вашої поради.

Додаток 3.7

Які Ви батьки?

Астрологи вважають, що знак Зодіаку зумовлює не тільки риси характеру людини, але і її ставлення до власних дітей.

Овен. Любить дітей і пишається ними. Може підкорити серце будь-якої дитини. Розуміє своїх дітей, є для них другом і прикладом. Матері-Овни мають часто суворі принципи і прагнуть, щоб діти слухалися їх беззаперечно. Вам необхідно бути більш терплячими. Дозволяйте своїм дітям виносити уроки з помилок і вибирати власний шлях.

Телець. Приділяючи увагу дітям, дуже багато від них вимагають. Вони стараються виховувати в дітях чесність, щирість і надійність. Вам треба побоюватися виростити з дітей крайніх матеріалістів. Не піддавайтеся спокусі оточити їх предметами розкоші, купуйте їм предмети, що сприятимуть розвитку (музичні інструменти, конструктори, спортивні прилади та інше).

Близнюки. Довіряють дітям, спілкуються з ними на рівних, але не дуже до них уважні. Відповідно, і діти не завжди проявляють до них належну увагу. Часто Близнюки сприймають батьківську ношу як занадто тяжку. Вам варто проявляти більше наполегливості у вихованні своїх дітей.

Рак. Ідеальні батьки, терплячі, люблячі, цікавляться будь-якими дитячими проблемами. Раки стараються не давати дітям багато свободи, непокояться і хвилюються за них, люблять дітей більше, ніж партнера. Раки-татусі особливо прив'язані до доньок.

Лев. Часто любить дітей до нестями, не помічаючи їхні недоліки. Він абсолютно не терпить неповаги з боку дітей. Його серце завжди відкрите для

дітей, а вони зазвичай цінують зусилля батьків. Леви вперті, але навіть діти відчують, що вони “больше лают, чем кусают”.

Діва. Наполегливо виховує у дітях дисципліну і постійні звички. Величезну увагу Діви приділяють розвитку у дітей інтелекту. Для їхніх дітей перш за все справа, потім гра. Часто Дівам не вистачає терпіння, їх дратує дитяча метушливість, галасливість, рухливість.

Терези. Люблять дітей, виховують у них повагу до людей. Щасливі діти, що мають таких батьків. Вони завжди можуть розраховувати на їхнє співчуття, допомогу, поради. У батьків-Терезів дивна здатність тактовно й легко виховувати, переконувати і як наслідок – високий батьківський авторитет.

Скорпіон. Зазвичай має велику сім'ю, але йому важко підтримувати теплі стосунки. Ненаситний власник, він і у вихованні дітей гне свою лінію. Безмежне честолюбство Скорпіона передається нащадкам. Матерям-Скорпіонам частенько не вистачає м'якості й терпіння.

Стрілець. Ладнає з дітьми і любить їхнє товариство. Батьки-Стрільці енергійні, дуже доброзичливі, гостинні. Вони завжди уважно і з розумінням ставляться до дитячих проблем. У їхньому домі багато сусідської дітвори.

Козеріг. Вірить у дисципліну і встановлений порядок. Любить і дотримується сімейних традицій. Козероги найчастіше практики, вони не люблять сучасної теорії й експериментів у вихованні, дотримуються простих випробовуваних заходів. Діти рідко діляться з ними своїми таємницями.

Водолій. Користується у дітей довірою, легко переконує їх вести здоровий спосіб життя. У нього у сім'ї цілковите взаєморозуміння і дружні взаємостосунки. Іноді Водолії приділяють дітям недостатньо часу й уваги. Діти Водоліїв зазвичай успадковують широке коло інтересів батьків.

Риби. Обожають своїх дітей, чим нерідко їх псує. Риби здатні до самопожертви і не можуть встояти перед численними вимогами своїх чад. Їхній девіз: “Треба дати дітям усе, чого у дитинстві були позбавлені ми самі”.

Додаток И

РОЗПОРЯДОК ДНЯ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Додаток И.1

Розпорядок дня за висновками О.В. Гнатюка.

Чи замислювалися Ви над тим, як устигнути кожного дня зробити багато корисних справ? Секрет простий: необхідно правильно розпланувати свій день. У цьому допоможе розпорядок дня. Він може бути таким.

7-00 – підйом.

7.00-7.30 – ранкова зарядка, водні процедури, застилення ліжка.

7.30-7.45 – сніданок.

7.50-8.20 – дорога до школи.

8.30-12.15 – заняття у школі.

12.20-12.50 – дорога додому.

13.00-13.20 – обід.

13.30-14.30 – сон та відпочинок.

15.00-16.00 – ігри на свіжому повітрі.

16.00-16.20 – полудень.

16.20-17.00 – заняття улюбленими справами.

17.30-18.30 – заняття у спортивних секціях та гуртках.

19.00-19.30 – вечеря.

19.30-20.30 – відпочинок.

20.30-21.00 – підготовка до сну.

21.00-7.00 – сон.

Додаток И.2

Розклад дзвінків у початкових класах.**1 клас.**

1 урок: 8.00 – 8.35;

перерва: 8.35 – 8.45 (10 хвилин);

2 урок: 8.45 – 9.20;

перерва: 9.20 – 9.30 (10 хвилин);

3 урок: 9.30 – 10.05;

перерва: 10.05 – 10.25 (20 хвилин);

4 урок: 10.25 – 11.00;

перерва: 11.00 – 11.10 (10 хвилин);

5 урок: 11.10 – 11.45.

2 – 4 класи.

1 урок: 8.00 – 8.40;

перерва: 8.40 – 8.50 (10 хвилин);

2 урок: 8.50 – 9.30;

перерва: 9.30 – 9.40 (10 хвилин);

3 урок: 9.40 – 10.20;

перерва: 10.20 – 10.40 (20 хвилин);

4 урок: 10.40 – 11.20;

перерва: 11.20 – 11.30 (10 хвилин);

5 урок: 11.30 – 12.10;

перерва: 12.10 – 12.20 (10 хвилин);

6 урок: 12.20 – 13.00.

Додаток К
Молодому педагогу

Додаток К.1

Поради молодому педагогу

1. Завжди будь привітним, доброзичливим та поважай особистість кожного учня.
2. Дотримуйся загальної культури спілкування у будь-якому випадку.
3. Вчитель зобов'язаний бути прикладом для дітей, батьків, вести здоровий спосіб життя.
4. Враховуй вікові, статеві особливості школярів та не забувай про індивідуальний (диференційований) підхід до кожного учня.
5. Пояснюй важливість особистої чистоти та вимагай від школярів дотримання гігієни свого тіла.
6. Займайся з учнями у зручній спортивній формі та спортивному взутті.
7. Умій зацікавити школярів рухливими іграми та естафетами.
8. Оздоровлюй, навчай та виховуй учнів через ігри та естафети.
9. Проводячи рухливі ігри чи естафети регулюй фізичне навантаження та періодично перевіряй ЧСС в усіх дітей.
10. Намагайся часто проводити рухливі ігри та естафети на свіжому повітрі.
11. Гарно вивчи зміст та правила гри, яку маєш проводити.
12. Придумай різні варіанти рухливих ігор та естафет і обов'язково їх записуй для подальшої плідної роботи.
13. Обміркуй місце проведення рухливих ігор та естафет, доцільність інвентарю.
14. Щоразу, перед проведенням рухливої гри чи естафети обговорюй з учнями правила техніки безпеки.
15. Пояснюй школярам значення рухливих ігор та естафет для їх гармонійного розвитку.
16. Обов'язково після кожної естафети потрібно назвати переможців та по

можливості нагородити призами (цукерки, грамоти тощо).

17. Регулярно проводь бесіди перед іграми, між ними та після них, пам'ятаючи про вік учнів.
18. Проводячи рухливі ігри, естафети, бесіди чи опитування використовуй міжпредметні зв'язки.
19. Особливо для молодших школярів проводь різноманітні типи уроків із застосуванням рухливих ігор: урок-гра, урок-змагання, урок-свято; позакласну роботу тощо.
20. Періодично читай методичну літературу для поповнення знань, розширення кругозору та пам'ятай слова великого педагога В.О. Сухомлинського, що вчитель до уроку готується все своє життя.

Додаток К.2

Метод “Незакінчене речення”

Метод “Незакінчене речення” застосовується в експериментальній практиці давно. Існує багато його варіантів. Пропонуємо перевірити вихованість наполегливості, міру впертості, взнати, на скільки розвинена лінь – наслідок відношення до минулого і майбутнього, взаємовідношення дітей, батьків і друзів, індивідуальні життєві цілі.

Інструкція: потрібно закінчити речення одним або декількома словами.

1. Я люблю ласувати морозиво, хоча через нього я часто хворію. Коли я з класом пішов (пішла) у кіно і побачив, що продається морозиво, то я ...
2. Від надмірної кількості вживання цукерок псуються зуби – так говорять дорослі. Коли вони мені потрапляють на очі, то я ...
3. Не тільки від цукерок псуються зуби і тому я буду ...
4. Батьки щоразу нагадують, що потрібно тепло одягатися, щоб не простудитися, а я ...
5. Батьки вже на роботі, коли я збираюся до школи і тепло одягатися ...

6. Коли я ходжу тепло одягнений, то всерівно хворію, тому ...
7. Щоранку мені потрібно прибрати своє ліжко, а я ...
8. Я наполегливий (наполеглива), бо прагну ...
9. Я всерівно завжди буду таємно грати в ігри на комп'ютері, хоча батьки забороняють ...
10. Я буду наполегливо йти до своєї мети, хоча друзі говорять, що ...
11. Рідко я допомагаю батькам прибрати зі столу тарілки, бо я ...
12. Батьки, друзі відмовляють мене взимку займатися бігом по снігу, а я вважаю, що ...
13. У мене болять зуби, але я цукерки люблю їсти, бо ...
14. Коли я не хочу допомагати рідним, то...
15. Мені не подобається прибрати після усіх, бо...
16. У вихідні дні зранку я встаю не швидко, після десятої години ранку, бо ...
17. Я швидко з'їдаю все смачне та хутко першим встаю зі столу, щоб...
18. Мене всі друзі відмовляють купувати новий м'яч у магазині, а я ...
19. Прийшовши додому першим за батьків, я почав швиденько ...
20. Знаючи, що батьків немає дома, я розпочав ...
21. Коли немає батьків у дома, я...
22. До мене у кімнату батьки навідуються рідко, бо знають, що я ...
23. У моїй кімнаті інколи можна знайти те, що шукаєш, бо я ...
24. На моїй полиці лежить все акуратно, але я часто не можу швидко знайти потрібну річ, бо ...
25. Сьогодні мені поставили двійку у щоденник, але я її ...
26. Мені класний керівник доручила купити вітальні листівки із знаками зодіаку, але їх я купуватиму ...
27. Щоразу, коли я йду до школи, то намагаюся ...
28. Щоранку я встаю в останню хвилину, хоча мене будять заздалегідь, бо знаю, що встигну ...
29. Батьки систематично говорять, щоб я їв у школі, а я ...
30. Я такий, як тато, лежу до ... хвилини, а потім...

31. Я не лінивий, я наполегливо сиджу перед телевізором до ночі, хоч батьки говорять...
32. Я намагаюся завжди для батьків щось вигадати, бо...
33. Я систематично до школи зранку одягаюся швидко, встигаю випити чаю, перед вчителькою забігаю до класу, на ходу знімаючи верхній одяг, хоча батьки, друзі говорять ...
34. Вони мене не розуміють, тому я буду робити все що хочу тихенько, таємно від усіх, бо ...
35. На канікулах я сплю до півдня, нічого не допомагаю батькам, дивлюся до пізньої ночі телевізор, граю на комп'ютері, бо ...
36. Я вислуховую поради батьків, друзів, але ...
37. Я прислухаюся до порад батьків, друзів перед тим, як ...
38. Моя мама забороняє мені мити посуду і я...
39. На мою думку, мої батьки не хочуть, щоб я досягнув поставленої перед собою ціль і тому...
40. Я не встигаю зробити уроки, коли дивлюся телевізор і тому...
41. Я впевнений, що батьки не будуть лаяти мене за...
42. Я щодня їм пачку морозива, хоч...
43. Я наполегливий, не впертий, не лінивий. Це вони...
44. Я дав собі слово не слухати порад, бо...
45. Я дуже радий, коли я сам у дома, бо...
46. Я наполегливо із своїми друзями, не прислухаючись до порад бабусі, бо вона стара і не розуміє, готуємося...
47. Я щоранку допомагаю швидко сестричці одягатися, щоб...
48. Мій кіт і я друзі, бо любляємо ...
49. Я щоранку годую домашнього кота Хитрунчика та собаку Сіролапенка, бо...
50. Тато і мама мені говорять, що для них батьківське щастя, коли я...

Додаток Л

АНКЕТУВАННЯ БАТЬКІВ

Шановні батьки поставте знак “V” навпроти відповідей,
які є правильними на Вашу думку.

1. ПП

2. Дата опитування “_____” _____ 200 рік

3. Тривалість опитування: _____ хвилин

4. Область _____

5. Місто _____

6. Чи задоволені Ви в цілому рівнем своєї рухової активності?

- | | |
|--|--|
| ☐ повністю задоволеним; | ☐ не зовсім задоволений; |
| ☐ майже задоволений; | ☐ загалом не задоволений; |
| ☐ посередньо задоволений; | ☐ важко відповісти. |

7. Як Ви оцінюєте стан свого здоров'я?

- ☐ відмінний; ☐ добрий; ☐ посередній; ☐ задовільний; ☐ не задовільний;
- ☐ важко відповісти.

8. Вкажіть, будь ласка, скільки днів протягом року хворіла Ваша дитина з втратою працездатності (не ходила до школи):

- ☐ захворювання серцево-судинної системи _____ днів;
- ☐ простудними хворобами _____ днів;
- ☐ захворювання опорно-рухового апарату _____ днів;
- ☐ захворювання дихальної системи _____ днів;
- ☐ захворювання інших систем _____ днів;
- ☐ не хворіла.

9. На Вашу думку, вага Вашої дитини відповідає росту?

- | | |
|---|--|
| ☐ повністю відповідає; | ☐ потрібно суттєво поправитися; |
| ☐ дещо потрібно схуднути; | ☐ потрібно суттєво похудати; |
| ☐ дещо потрібно поправитися; | ☐ важко відповісти. |

10. Оцініть, будь ласка, за 12 шкалою на скільки Ви задоволені рівнем розвитку

у Вашої дитини наступних фізичних якостей:

Фізичні якості	Рівні навчальних досягнень			
	Початковий	Середній	Достатній	Високий
Швидкість				
Витривалість				
Гнучкість				
Сила				
Спритність				
Швидкісно-силові якості				
Ніякими не задоволений				

11. Як Ви оцінюєте рівень фізичної працездатності своєї дитини?

- ☐ відмінний; ☐ добрий; ☐ посередній; ☐ низький; ☐ дуже низький;
☐ важко відповісти.

12. Яким видом спорту і де займається Ваша дитина? Повна адреса

13. Заповніть, будь ласка, таблицю даних

№ п/п	Вид спорту, яким займається або займалася дитина	Час протягом якого тренувалася дитина			Скільки раз на тиждень		Тривалість заняття			Причина відмови від тренування
		1-3 міс.	4-12 міс	< 12 міс	2-3	4-5	до 30 хв	до 60 хв	до 1,5 год	

14. Як проводить Вашу дитина дозвілля?

- ☐ в основному активно; ☐ в основному пасивно;
☐ більше активно, ніж пасивно; ☐ важко відповісти.
☐ більше пасивно, ніж активно;

15. Чи полюбляє вона грати в ігри? ☐ так; ☐ ні.
16. Чи граєте Ви в ігри з дитиною? ☐ так; ☐ ні.
17. Яке значення, на Вашу думку, мають нижче перераховані причини залучити Вашу дитину до занять спортом (по необхідності можна вибрати декілька)?

Причини	Значення					
	значне	велике	помірне	мале	ніяке	важко відповісти
Бажання поліпшити здоров'я						
Приклад відомого спортсмена						
Приклад державного, політичного діяча						
Особлива спортивна подія (Олімпійські ігри тощо)						
Участь у змаганнях, які організовуються в школі, в спортивній школі тощо						
Розташування поблизу будинку спортивного майданчика, спортклубу						
Заохочення, поради друзів, родичів						
Високий рівень власного добробуту						
Прагнення поліпшити спортивний результат						
Бажання бути в формі, привабливим						
Потреба у спілкуванні.						
Бажання отримати задоволення від фізичної роботи тіла						
Кар'єра у професійній діяльності						
Знання та навички з рухової активності, які були отримані перед цим						
Вплив засобів масової інформації						
Інше						

18. Якщо Ваша дитина грає в ігри, то в які частіше?

☐ рухливі; ☐ народні; ☐ спортивні.

19. Чим вони відрізняються? _____

20. Як Ви вважаєте, яке значення мають нижче подані причини в тому, що люди (діти) не займаються спортом (по необхідності можна вибрати декілька)?

Причини	Значення					
	значне	велике	помірне	мале	ніяке	важко відповісти
Відсутність вільних коштів для відвідування спортивних клубів, центрів та на придбання необхідного одягу, інвентарю тощо						
Лінощі						
Відсутність вільного часу						
Низький рівень пропаганди, щодо розвитку спорту у суспільстві						
Не володіння інформацією про сучасні технології занять руховою активністю						
Не вміння організувати свою діяльність, вільний час						
Відсутність матеріальних стимулів за високий рівень здоров'я, фізичних кондицій (належних фізичних форм)						
Недостатня кількість спортивних клубів тощо						
Низький рівень комфортності існуючих спортивних комплексів тощо						
Недбале ставлення людей до свого здоров'я						
Відсутність спортивних змагань для всіх бажаючих						
Відсутність інтересу до рухової активності						
Низький рівень фізичної підготовленості						
Часті хвороби						
Думка: "У мене не той вік, щоб займатися спортом"						
Інше						

21. Ваша стать?

☐ жіноча; ☐ чоловіча.

22. Ваша освіта?

☐ не повна середня; ☐ середня; ☐ середня-спеціальна; ☐ вища.

23. Назвіть вид Вашої діяльності?

☐ керівник (заступник керівника) підприємства, установи, організації;
☐ державний службовець;

- ☐ військовослужбовець, працівник правоохоронних органів;
- ☐ займається малим, середнім бізнесом, підприємець;
- ☐ працівник проміжних органів управління, службовець в гуманітарній сфері (освіта, охорона здоров'я, культура тощо), інженерно-технічний персонал;
- ☐ працівник сільськогосподарського сектора, фермер;
- ☐ кваліфікований робітник;
- ☐ різноробочій, підсобний робітник, обслуговуючий персонал;
- ☐ студент;
- ☐ непрацюючий пенсіонер;
- ☐ домогосподарка;
- ☐ не має постійного місця роботи, але підробляє у різних місцях, залежно від обставин;
- ☐ пенсіонер і працює;
- ☐ безробітний і не має ніяких джерел доходу;
- ☐ не працездатний (в т.ч. інвалід);
- ☐ інша.

24. Для якісного аналізу результатів анкети нам необхідна інформація про розмір середньомісячного доходу на одного члена Вашої сім'ї за останні 12 місяців:

- ☐ до 200 гривень;
- ☐ від 200 до 300 гривень;
- ☐ від 300 до 400 гривень;
- ☐ від 400 до 500 гривень;
- ☐ від 500 до 1000 гривень;
- ☐ від 1000 гривень.

Додаток М

РУХЛИВІ ІГРИ ТА ЕСТАФЕТИ З ЕЛЕМЕНТАМИ ФУТБОЛУ

Додаток М.1

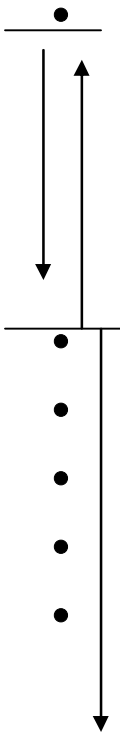
“Злови м’яч”

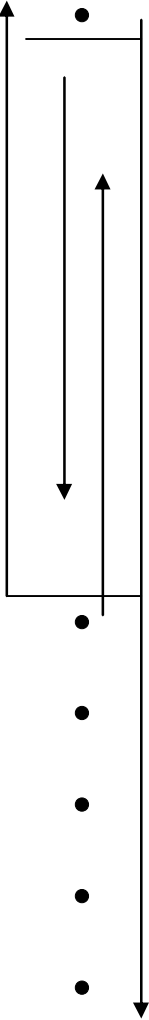
Значення естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості при досягненні поставленої педагогом мети; сміливості, рішучості; розвивати швидкість реакції, спритність, точність, при виконанні удару по м’ячеві, увагу та увагу тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: м’ячів відповідно до кількості команд; розмітки.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. Команди шикуються у колони, а навпроти кожної з них на відстані 5-7 м стоїть ведучий з м’ячем. За сигналом вчителя ведучий виконує удар по нерухомому м’ячу будь-яким способом з місця першому зі своєї команди, а той, зупиняючи м’яч підошвою, відбиває його ведучому та біжить у кінець колони. Естафета закінчується тоді, коли останній із	1. Зберігати відстань між учнями 0,5 м 2. Відстань між командами 3-5 м. 3. Ведучі починають естафету після умовного	

учасників команди відіб'є м'яч ведучому. 2-й варіант. Шикування команд те ж саме. За сигналом учителя ведучий виконує удар по нерухомому м'ячу будь-яким способом (вчитель вказує один із шести (основних) різновидів ударів по м'ячу ногою) з місця першому зі своєї команди, а той, зупиняючи м'яч будь-яким способом (або вчитель вказує один із восьми різновидів зупинки м'яча ногою), відбиває його ведучому тим способом, яким отримав м'яч та біжить і стає на місце ведучого, який зупинивши м'яч ногою на лінії стає позаду усіх учнів своєї команди. Наступний учень, який став на місце ведучого виконує удар по м'ячеві наступному іграку зі своєї команди, який стоїть першим, а той у свою чергу зупиняючи м'яч ногою, відбиває його та біжить і стає на місце попередника. Естафета закінчується тоді, коли ведучий стає на своє початкове місце з м'ячем на умовній лінії.	сигналу. 4. М'яч зупиняти ногою на умовній лінії та з цього місця робити пас наступному іграку з команди. 5. Не забувати про помилки, які бувають під час удару та при зупинці м'яча.	
--	--	--

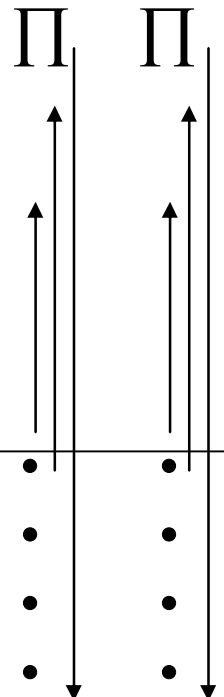
“Удар на точність”

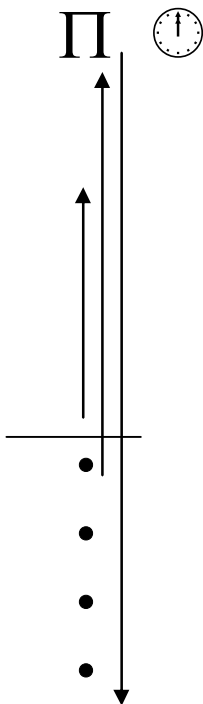
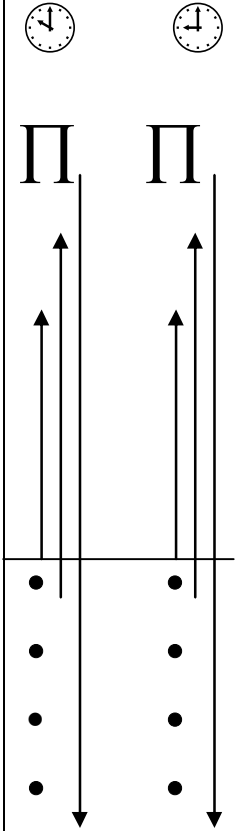
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості при досягненні поставленої педагогом мети, дисциплінованості, активності; розвивати швидкість реакції, спритність, точність, при виконанні удару по м'ячеві, увагу тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: ворота (2-3 шт.), в залежності від варіанту естафети; розмітки; м'ячів по кількості учнів (мінімальна кількість 6-8 шт.)

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Дві-три команди шикуються у колоні навпроти футбольних воріт. Відстань між командами 5-6 м. Кожний учень у руці тримає футбольний м'яч (якщо такої можливості не має, то перших трое-четверо учасників естафети мають м'ячі, які потім під час естафети передають наступним із своєї команди свій м'яч). По сигналу вчителя перша з колони дитина на лінію штрафного майданчика вставить м'яч та б'є по ньому у ворота. Потім біжить за м'ячем, бере його у руки й повертається до команди та стає останнім. Наступний учасник естафети виконує так само удар по м'ячеві. Естафета закінчується тоді, коли останній учасник команди перебіжить	1. Не наштовхуватися один на одного. Відстань між учнями 0,5 м. 2. Не забувати про помилки, які бувають при ударі по м'ячу. 3. Бити у ворота після умовного сигналу вчителя. 4. Не бити по м'ячу доти,	

лінію штрафного майданчика з м'ячем у руці. Виграє та команда, яка найбільше зробила влучних попадань м'ячем у ворота. 2-й варіант. Кожна команда грає окремо, а інші слідкують за виконанням правил естафети. Шиккування команди таке ж саме. За сигналом (свисток) вчителя починається естафета та вмикається секундомір, який не вимикається доти, поки останній учасник команди не перебіжить лінію штрафного майданчика з м'ячем. Виграє команда, яка найменше часу витратить на гру, дотримуючись правил. 3-й варіант. Дві-три команди шикуються у колоні навпроти футбольних воріт. Відстань між командами 3-5 м. Кожний учень у руці тримає футбольний м'яч. По сигналу вчителя, його помічники вмикається секундоміри для кожної команди окремо та вимикається тоді, коли останній учасник виконає завдання – зробить удар у ворота та перебіжить лінію штрафного майданчика з м'ячем у руці. Виграє команда, яка швидко виконає завдання, дотримається правил естафети та набере найбільшу кількість очків.	поки попередній учень не перебіжить лінію штрафного майданчика.	 
---	--	--

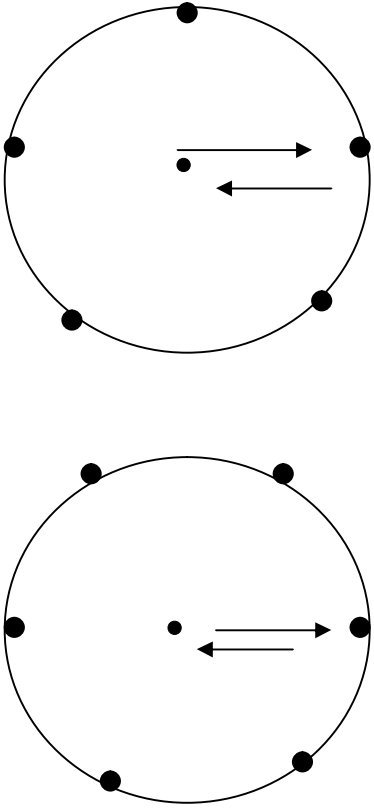
“М’яч у коло”.

Значення гри: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, витримці, старанності, організованості; розвивати уважність, швидкість реакції, спритність, зосередженість та врівноваженість під час виконання удару по м’ячеві тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: м’ячів відповідно до кількості команд; розмітка.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. 5-6 дітей стоять у колі, а один – у центрі. За сигналом, учень, який стоїть у центрі дає пас кожному гравцеві по черзі, які відбивають м’яч центрівому. Гра закінчується тоді, коли центровий дасть пас кожному учасникові та візьме у руки м’яч. 2-й варіант. Розташування учасників таке саме. Коли пролунає сигнал, центровий дає пас гравцеві, той відбиває м’яч та швидко біжить на місце ведучого, який зупинив м’яч і стає на вільне місце. Новий ведучий дає пас наступному гравцеві, потім отримує назад м’яч та міняється місцем. Гра закінчується тоді, коли ведучий знову стає у центрі кола.	1.Відстань між гравцями 5-6 м. 2.Гравцям не дозволяється заважати, відволікати один одного. 3.Кількість гравців змінюється залежно від площі майданчика. 4.Всі учні команди повинні бути ведучими.	

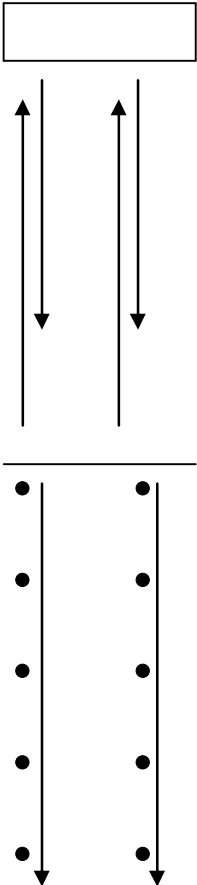
“Рикошет”.

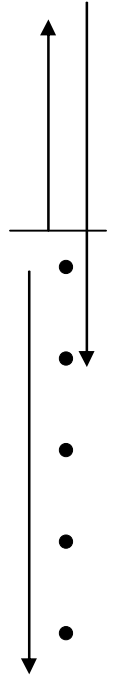
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості при досягненні поставленої педагогом мети, стриманості, рішучості; розвивати увагу та уяву, швидкість реакції, спритність, зосередженість, при виконанні удару по м'ячеві тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: м'ячів відповідно до кількості команд; розмітки; стіна.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для даної гри та естафети.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. Дві-три команди шикуються у колони навпроти стіни. Ведучий кожної команди у руках тримає футбольний м'яч. По сигналу вчителя вони ставлять на визначену лінію м'яч та б'ють по ньому одним із шести (основних) різновидів ударів ногою так, щоб м'яч ударився об стіну та відлетів назад до того учня, який бив по нього. Зупинивши м'яч домовленим способом, дитина залишає його на лінії та стає позаду всіх учасників своєї команди. Естафета закінчується тоді, коли ведучий стає знову першим у колоні з м'ячем у руці. 2-й варіант. Шикуються команди так само.	1. Відстань між дітьми 0,5 м. 2. Відстань команд до стіни 4-10 м. 3. Відстань між командами 4-5 м. 4. Не заступати лінію та не штовхатися 5. Сила удару по	

За сигналом вчителя ведучий б'є по м'ячу домовленим способом, який вдаряється об стіну, летить назад і зупиняє його учень, який стояв другим у колоні, а перший у цей час стає позаду усіх. Зупинивши м'яч домовленим способом на лінії, друга дитина б'є по ньому так само, як і ведучий та швидко стає позаду своєї команди. Естафета закінчується тоді, коли ведучий зупиняє м'яч, стоячи при цьому знову, першим у колоні. 3-й варіант. Шикування команд таке ж саме, як і у 1-му або у 2-му варіантах. Але, якщо вистачає місця тільки для однієї команди, то кожна команда грає окремо, а інші слідкують за виконанням правил естафети. За сигналом (свисток) учителя учень починає гру (вибирається 1-й або 2-й варіант) та вмикається секундомір, який вимикається тоді, коли ведучий стане знову першим у колоні з м'ячем у руці.	м'ячу повинна бути такою, щоб легко можна було його зупинити на визначеному вчителем місці. 6. Дотримання усіма учасниками команди правил естафети дає можливість їм претендувати на чесну перемогу.	 
---	--	---

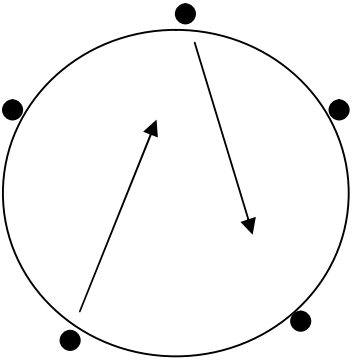
“Перехоплення м’яча”.

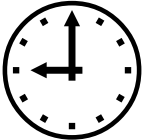
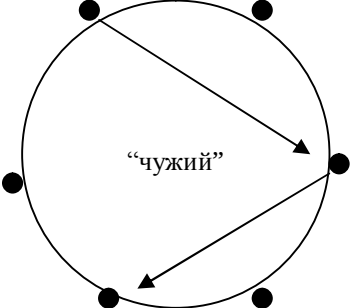
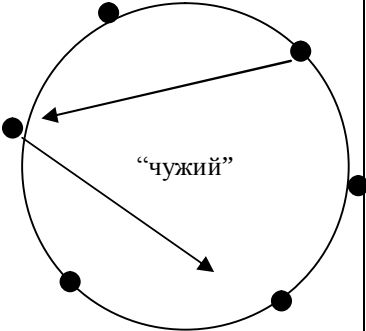
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, самостійності, впевненості у собі, чесності; розвивати уважність, швидкість реакції, винахідливість та спритність під час бігу та передачі м’яча тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м’ячів відповідно до кількості команд; розмітка місць.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. Діти діляться на команди так, щоб у кожній було 5-6 гравців, які стають на намальовану лінію, утворюючи коло, а один із них у центрі нього. За сигналом вчителя, один із учнів починає передавати м’яч іншому ногою, обов’язково, через коло, а дитина, яка стоїть у центрі нього намагається його перехопити ногою чи рукою. Впіймавши м’яч учасник стає на місце того учня, який відбивав м’яч останнім. Гра триває до десяти хвилин. 2-й варіант. Учні діляться на 2-4 команди так, щоб у кожній було 4-6	1.Діаметр кола 5-8 м. 2.Ловити руками м’яч можна тільки учневі, який стоїть у центрі кола. 3.Якщо дитина, яка стоїть у колі доторкнулася до м’яча любою частиною свого тіла, то м’яч вважається	

гравців, які стають на намальовану лінію, утворюючи коло. Із кожної команди вибирається один школяр, який найкраще вміє ловити м'яч. Ці учні стають у центр кола іншої команди. Вчитель дає сигнал (свисток) та вмикає секундомір і тоді один із учнів починає передавати м'яч іншому тільки ногою, через коло, а дитина, яка стоїть у центрі нього намагається його перехопити ногою чи рукою. Впіймавши м'яч, "чужий" віддає його учням, рахуючи очки та стаючи знову у центрі кола. На даний момент виграє та команда, учень якої набрав найбільше очків за певний проміжок часу. Так, школярі міняються щоразу у кожній команді, набираючи для неї очки, які підсумовуються тоді, коли всі її учасники були у центрі іншої команди. Виграє та команда, яка у сумі набрала найбільше очків.	перехопленим. 4. Кожний раз, як тільки "чужий" перехопив м'яч, всі учні даної команди повинні у голос назвати ту кількість очків, яка стала на даний момент. 5. Чітко дотримуватися правил гри та бути чесними, дружніми.	  
---	--	--

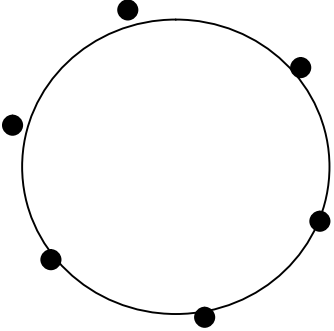
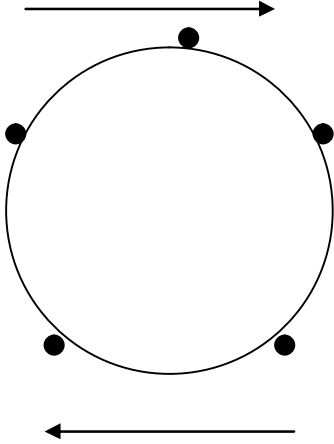
“М’яч по колу”.

Значення гри: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості при досягненні поставленої педагогом мети, цілеспрямованості, урівноваженості; розвивати увагу, швидкість та спритність тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м’ячів відповідно до кількості команд; розмітки місць.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. 5-6 гравців стають у коло. За сигналом (свисток, хлопок у долоні, слово) учителя, учень, який тримає м’яч ногою дає пас гравцеві, який стоїть поруч по праву або ліву руку від нього, а той у свою чергу іншому. Гра закінчується тоді, коли м’яч знову буде у ведучого. 2-й варіант. Діти стоять так само. За сигналом, гравець, який тримає м’яч, ногою дає пас гравцеві, який стоїть біля нього у визначеному напрямку й починає бігти до нього. Той зупиняє м’яч ногою, дає пас наступному і біжить на його місце. Гра закінчується тоді, коли м’яч знову буде у ведучого, який стоятиме на своєму місці.	1. Відстань між дітьми 5-6 м. 2. Гравцям не дозволяється заважати один одному розмовами, підходити тощо. 3. Кількість гравців змінюється залежно від площі майданчика.	 

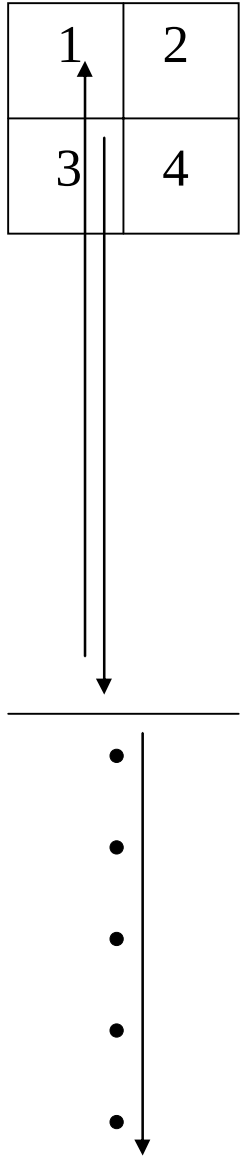
“Влучити у ціль”

Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, впевненості у свої сили, ерудиції; розвивати окомір, точність під час попадання у ціль, швидкість під час бігу тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м'ячів відповідно до кількості команд; розмітка; стіна.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для даної гри та естафети.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Дві-три команди шикуються у колони навпроти стіни на визначеному місці. На стіні для кожної команди накреслена ціль – великий квадрат, який поділений рівномірно на чотири частини з написом цифр: один, два, три, чотири у певній частині. Ведучий кожної команди у руках тримає футбольний м'яч. По сигналу вчителя вони ставлять на визначену лінію м'яч та б'ють по ньому одним із шести (основних) різновидів ударів ногою у визначену цифру. Зупинивши м'яч домовленим способом, дитина залишає його на лінії та стає позаду всіх учасників своєї команди. Естафета закінчується тоді, коли	1. Відстань між учнями у команді 0,5 м. 2. Відстань між командами 4-7 м. 3. Відстань від стіни до команд 4-10 м. 4. Бити по м'ячу тільки у визначене місце. 5. Не	

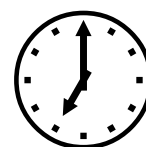
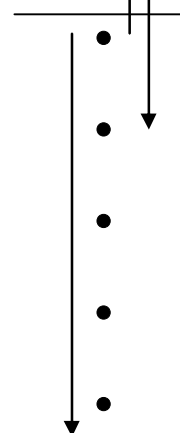
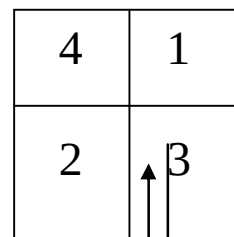
ведучий стає знову першим у колоні з м'ячем у руці.

2-й варіант. Шикуються команди так само. За сигналом вчителя ведучий б'є по м'ячу домовленим способом у визначену ціль. М'яч, ударившись об стіну, летить назад і зупиняє його учень, який стояв другим у колоні, а перший у цей час стає позаду своєї команди. Зупинивши м'яч домовленим способом на лінії, друга дитина б'є по ньому так само, як і ведучий та швидко стає позаду нього. Естафета закінчується тоді, коли ведучий зупиняє м'яч, стоячи при цьому знову, першим у колоні.

3-й варіант. Шикуються команди так само, як і у 1-му чи 2-му варіантах гри. Кожна команда грає окремо, якщо не вистачає місця для декількох команд. Вчитель (його помічники при потребі) вмикає секундоміри для кожної команди окремих та одночасно дає умовний сигнал для початку гри. Гра закінчується тоді, коли всі учні виконають завдання та ведучий знову стане першим перед своєю командою з м'ячем у руці. Виграє команда, яка набрала більше очків із точності попадань та швидкості виконання.

штовхати-ся, не відволікати учня, який має бити по м'ячу.

6. Грати та рахувати очки чесно.



“Зустрічна гра-естафета”

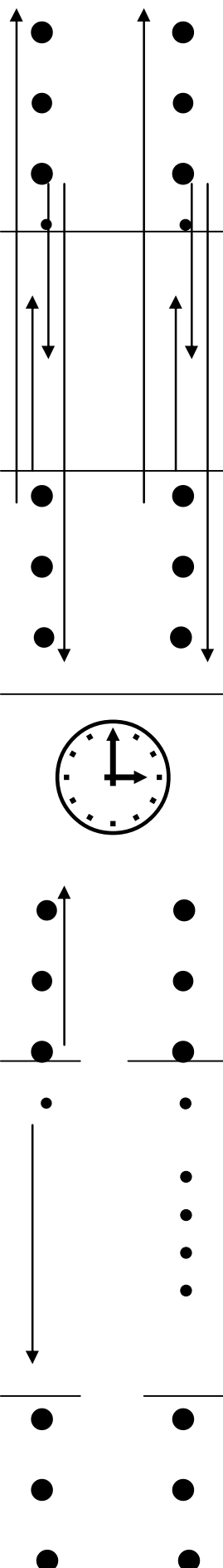
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, доброзичливості, цілеспрямованості; розвивати окомір, точність під час виконання пасу та зупинки м'яча, спритність під час бігу тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м'ячів відповідно до кількості команд; розмітка.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Двоє учнів стають у колону на визначену лінію і перший із них тримає м'яч у руках. Навпроти них на відстань 5-8 м стає ще один учень на лінію. Дитина, яка тримає м'яч у руках за сигналом вчителя, або самостійно кладе його на землю і біжучи, котить його ногами до учня, який стоїть навпроти нього. Зробивши йому пас, він залишається на місці учня, який отримав м'яч та виконує із ним ту ж саму дію. Гра триває до 10 хвилин. 2-й варіант. Дві-чотири команди діляться навпіл. Половина команд шикуються у колони на визначеній лінії, а друга половина – шикуються навпроти них на відстані 8-10 м так само. Кожний ведучий тримає м'яч у руках. За сигналом вчителя (свисток, хлопок у долоні тощо) ведучі кладуть	1. Відстань між учнями 0,5 м. 2. Відстань між командами 3-5 м. 3. М'яч зупиняти ногою на умовній лінії. 4. Не вибігати за лінію вперед, поки не зроблено пас. 5. Під час естафети не	

м'ячі на землю та швидко котять їх ногами до учнів, які стоять навпроти їхньої команди. Докотивши його до першого учня, ведучий робить йому пас, сам біжить і стає останнім у цій половині команди, а учень, який отримав м'яч, котить його до команди, яка стоїть навпроти його команди і робить пас першому учневі. Виконавши пас, цей учень, також, стає останнім у команді і т.д. Естафета закінчується тоді, коли команди поміняються місцями та перший учень другої половини команди візьме м'яч у руки. 3-й варіант. Шикуються учні так само, як і у 1-му, чи 2-му варіантах. За сигналом вчителя, або самостійно дитина, яка тримає м'яч у руках, кладе його на землю та робить ним пас учневі, який стоїть навпроти нього на відстані 5-8 м. Зробивши удар по м'ячу, він стає останнім у своїй команді. Гра-естафета закінчується тоді, коли ведучий знову триматиме м'яч у руках. Можна ускладнити 1-й та 2-й варіанти – обводити м'ячем орієнтири, фішки тощо, біжучи до протилежного боку; у трьох варіантах вмикати секундомір.	брати м'яч у руки. 6. Не забувати про помилки, які бувають при ударі по м'ячу. 7. Збиті орієнтири, фішки тощо піднімати тим учням, які це зробили.	
--	---	--

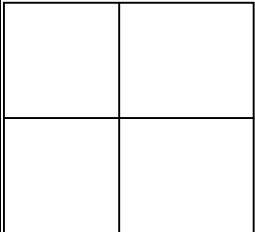
“Гра у квадраті”

Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, ерудиції, рішучості, активності, чесності; розвивати окомір, увагу, точність під час виконання пасу та зупинки м’яча, швидкість реакції тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м’ячів відповідно до кількості квадратів; розмітка квадратів.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Учні самостійно, або за лічилкою, або за вказівкою вчителя тощо діляться по четверо та стають у кожний квадрат для гри у ньому. Гра закінчується: за сигналом вчителя; якщо пройшов визначений час; якщо один із чотирьох учнів набрав певну кількість пропущених очків тощо. Виграє той учень, який дотримувався правил гри та пропустив найменшу кількість м’ячів. 2-й варіант. Чотири-вісім команд шикуються у колони на визначену вчителем лінію. З кожної команди у кожний квадрат стає по одному учаснику гри-естафети. За лічилкою, по черзі команд тощо визначаються учні, у яких буде м’яч. За сигналом вчителя (свистком, хлопок у долоні тощо) учень, у якого м’яч	1. Сторони квадрата 4-6 м. 2. Не виходити за межі квадрата. 1. Під час гри не переходити на “чужу” територію. 2. Чесно рахувати пропущені м’ячі. 3. Дотримуватися правил гри.	   

починає гру-естафету: виконує удар по нерухомому м'ячу будь-яким способом (вчитель вказує один із шести (основних) різновидів ударів по м'ячу ногою) з місця любому учневі, який стоїть з ним у даному квадраті. Школяр, якому було зроблено пас намагається зупинити м'яч будь-яким способом (або вчитель вказує один із восьми різновидів зупинки м'яча ногою) так, щоб він не викотився за межі квадрата. Учень, який зупинив м'яч, також, виконує удар по ньому будь-яким способом і т.д.

3-й варіант. Шикуються учні так само, як і у другому варіанті гри. Вчитель дає всім учням однакові завдання через певний проміжок часу: жонгливання м'ячем; відволікальні дії (фінти); віднімання м'яча тощо. За сигналом вчителя (свистком, хлопок у долоні тощо) учень, у якого м'яч починає гру-естафету.

Гра-естафета (2-й та 3-й варіанти) закінчується: за сигналом вчителя; якщо пройшов визначений час; якщо один із чотирьох учнів набрав певну кількість пропущених очків у кожній підгрупі (квадраті) тощо. По закінченню естафети сумуються пропущені очки у кожній окремій команді та визначаються переможці по найменшій їх кількості.

1	2
3	4

2	3
1	4

3	1
4	2

4	2
1	3



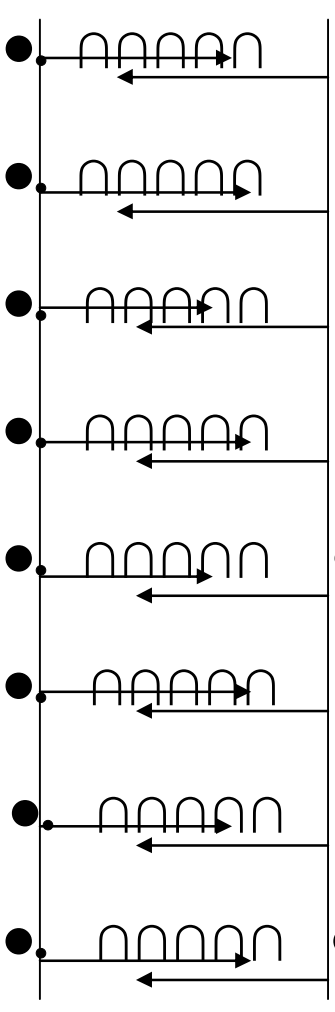
“М’яч через тунель”

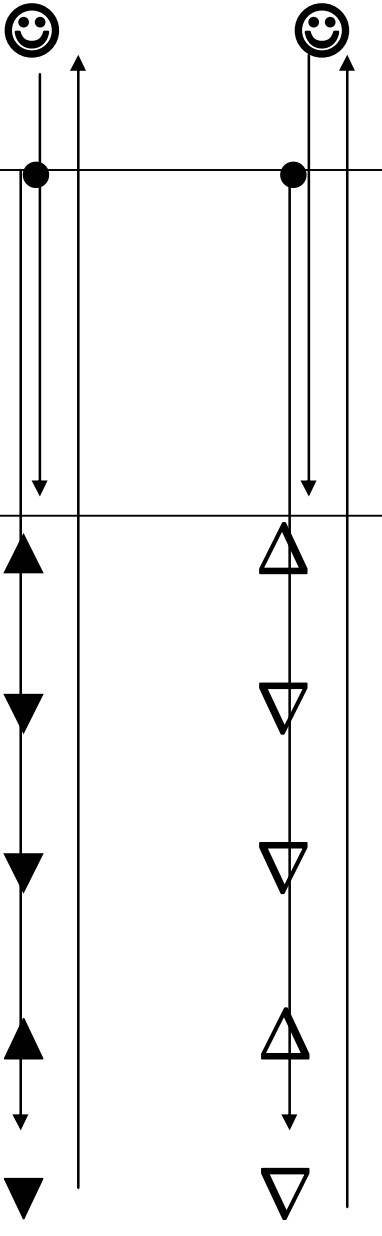
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, старанності, впевненості у собі, відповідальності, точність під час виконання пасу та зупинки м’яча, спритність тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: 3-7 дуг; м’ячів відповідно до кількості команд; розмітка.

Місце проведення: спортивна зала школи; спортивний майданчик; майданчик, який пристосований для ігор та естафет.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. Учні самостійно, або за лічилкою, або за вказівкою вчителя тощо діляться на дві рівні команди. В учнів одної команди є м’ячі. За сигналом учителя, перша команда з м’ячами стає по один бік у шеренгу, на визначеній лінії. Школярі без м’ячів стають навпроти них, також, на визначену лінію. Навпроти учнів стоять 3-7 дуг. За другим сигналом починається естафета: кожний учень з м’ячем виконує удар по нерухомому м’ячу з місця ногою, способом, яким вказує вчитель перед початком естафети так, щоб він	1. Відстань між учнями у колоні 0,5 м. 2. Відстань між учнями, які стоять навпроти один одного 7-10 м. 3. Збиті дуги тощо піднімати тим учням, які це зробили. 4. Бити по м’ячу та зупиняти	

прокотився під дугою до ніг дитині, яка стоїть навпроти. Учень, якому було зроблено пас намагається зупинити м'яч будь-яким способом (або вчитель вказує один із восьми різновидів зупинки м'яча ногою) та, також, виконує удар по ньому будь-яким способом і т.д. За третім сигналом естафета закінчується. Виграє команда, яка найменше пропустила м'ячів.	його потрібно тільки на визначеній лінії. 5. Гравцям не дозволяється заважати один одному.	
2-й варіант. Команди шикуються у колони на визначеній лінії у В.п. – широка стійка, нахил прогнутися, руки на пояс. Ведучі тримають по м'ячу у руках, стоячи навпроти своєї команди на відстані 3-5 м. Останній у колоні присів. За сигналом вчителя (свистком, хлопок у долоні тощо) ведучий виконує удар по нерухомому м'ячу з місця ногою, способом, яким вказує вчитель перед початком естафети. М'яч, прокотившись між ногами учнів, зупиняє останній учень у команді, який присів. У цей час	6. Не забувати про помилки, які бувають при ударі по м'ячу та його зупинці. 7. Не можна до умовного сигналу бити по м'ячу, або кидати його тощо. 8. Чесно рахувати пропущені м'ячі. 9. Якщо м'яч	

ведучий біжить та стає першим у колоні у В.п. Учень, який взяв м'яч стає на місце ведучого та виконує удар по нерухомому м'ячу з місця ногою таким же способом, як і ведучий, і т.д. Естафета закінчується тоді, коли ведучий буде знову стояти навпроти команди, тримаючи м'яч у руках. 3-й варіант. Шикування команд таке ж саме, як і у 1-му або у 2-му варіантах (вибирається один із них). За сигналом (свисток, хлопок у долоні тощо) учителя учні з м'ячами починають естафету. Педагог умикає секундомір, який вимикається тоді, коли пройшов визначений час або одна з команд першою правильно виконала завдання.	зупинився між ногами одного із учнів, то він його прокочує рукою назад, стоячи на місці. 10. Грати чесно, дотримуючись правил.	
--	--	--

Додаток М.2

ІГРИ ТА ЕСТАФЕТИ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ

“Хто швидше, або естафетний біг?”

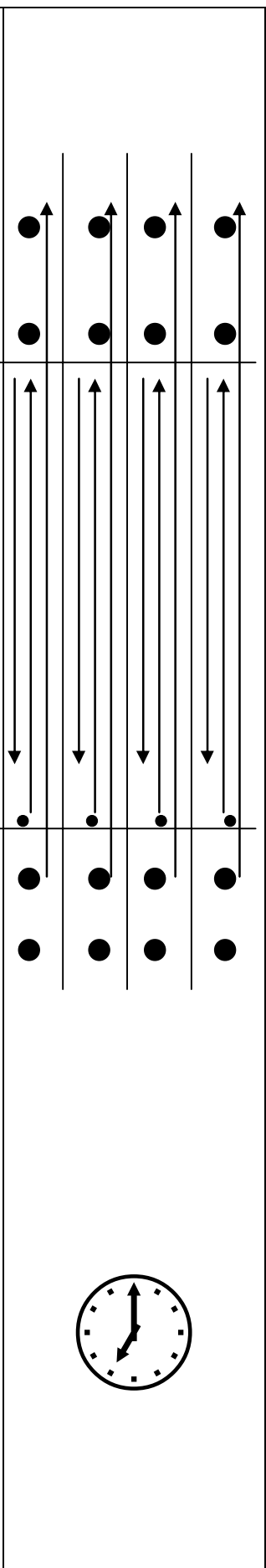
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості при досягненні поставленої педагогом мети, активності, старанності; розвивати окомір, точність під час виконання передачі кубика, м'яча, швидкість та спритність тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м'ячів і кубиків відповідно до половини кількості учнів; розмітка доріжок.

Місце проведення: спортивний майданчик із біговими доріжками.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. Учні діляться на дві - чотири однакові частини (команди). За першим сигналом (свисток) вчителя половину учнів ($\frac{1}{4}$ учнів) беруть по кубику та стають на розмітки. Інша половина - стають з протилежної сторони навпроти кожного учня. За другим сигналом (два свистка) учителя, учні з кубиками стають на високий старт. За третім сигналом (свисток тощо) учителя учні з кубиками біжать, кожний по своїй доріжці, до учнів, які чекають їх із протилежної сторони. Передавши кубики, школярі залишаються на місці, а учні, які отримали їх біжать до лінії старту. У гри-естафеті виграє той	1. Відстань між учнями	
	30 м.	
	2. Не можна заступати лінію старту.	
	3. Не перебігати бокові лінії своєї доріжки.	
	4. Передача кубиків, м'ячів відбувається на лінії.	
	5. Сила	

учень (та команда), яка перша перебігла лінію фінішу (старту). 2-й варіант. Учні діляться на дві - чотири однакові частини (команди). За першим сигналом (свисток) вчителя половину учнів ($\frac{1}{4}$ учнів) беруть по футбольному м'ячу та стають на розмітки. Інша половина - стають з протилежної сторони, навпроти кожного учня. За другим сигналом (два свистка) учителя, учні стають на старт, а м'ячі кладуть на землю біля ніг. За третім сигналом (свисток тощо) учителя учні б'ють по м'ячах так, щоб він не викочувався за бокові лінії та біжать, кожний по своїй доріжці. Зробивши пас школяру, який чекав із протилежної сторони, залишаються на його місці. Учні, які отримали по м'ячу, котять швидко їх до лінії старту. У грі-естафеті виграє той учень (та команда), яка перша перебігла лінію фінішу (старту) з м'ячем. 3-й варіант. Цей варіант гри-естафети передбачає використання секундоміра для визначення найкращого часу між учнями, між класами тощо.	удару по м'ячу – середня. 6. Якщо м'яч викотився за межі доріжки, його потрібно забрати, тільки, ногами. 7. М'яч у не руки можна брати.	
---	--	--

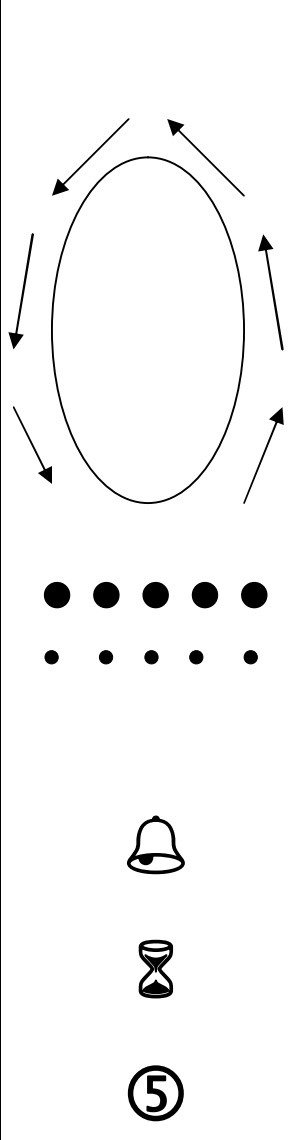
“Витривалі бігуни”

Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, упевненості у собі, ерудицію, витримки, сміливості, активності; розвивати окомір, точність під час виконання удару по м'ячу, витривалість тощо.

Інтенсивність: висока.

Інвентар і обладнання: м'ячів відповідно до кількості учнів; розмітка доріжок.

Місце проведення: спортивний майданчик із біговими доріжками.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Учні шикуються у колону з м'ячами, якщо одна бігова доріжка по колу, або діляться на однакову кількість та відповідно кількості колових доріжок. За сигналом учителя вони кладуть м'ячі на землю біля ніг, не нашттовхуючись один на одного. За другим сигналом учні б'ють по м'ячах так, щоб вони не викочувалися за бокові лінії доріжок (якщо їх декілька) та повільно біжать. У гри-естафеті виграє той учень, чи та команда, яка найдовше буде повільно бігати з м'ячами по своїй доріжці. 2-й варіант. Шикування учнів таке саме. Вчитель дає завдання, які змінюються через певний час у ході гри-естафети за свистком тощо з технічної та тактичної підготовки.	1. Відстань між учнями 0,5 м. 2. Не перебігати бокові лінії своєї доріжки. 3. Сила удару по м'ячу – середня. 4. Якщо м'яч викотився за межі доріжки, його потрібно забрати ногами. 5. М'яч у руки брати при крайній необхідності.	

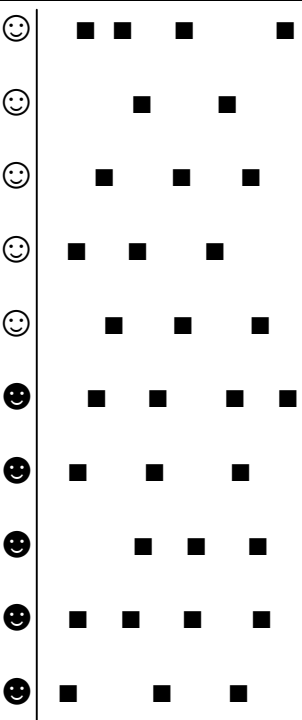
“Ведмеді на полюванні”

Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, витримки, організованості, старанності, стриманості, самостійності; розвивати координацію рухів, гнучкість тіла тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: м'ячів, відеречок відповідно до кількості учнів, 50-100 маленьких кубиків; розмітка доріжок.

Місце проведення: спортивний майданчик із біговими доріжками, спортивний зал.

Зміст	Правила	Шикування
1-й варіант. Дві-три команди шикуються у шеренгу. На землі розкидані кубики. За сигналом учителя (свисток, хлопок у долоні тощо) учні нахиляються вперед, не згинаючи коліна, йдуть та збирають кубики у відеречка. Виграє команда, яка збрала найбільше кубиків, не розгинаючи спини. 2-й варіант. Дві-три команди шикуються у колони. На землі розкидані кубики. За першим сигналом учителя, одна з команд стає на лінію, а інші команди спостерігають за правильністю їх виконання. За другим сигналом вони нахиляються вперед, не згинають коліна. У руках тримають відеречка. За третім сигналом вмикається секундомір і учні	1. Відстань між командами 3-4 м. 2. Не штовхати ся та не відбирати кубики. 3. Тільки за сигналом починати збирати кубики. 4 Бути чесними. 5. М'яч котити, а не	 

починають швидко ходити та збирати кубики у відеречка, не розгинаючись. Виграє команда, яка швидше збере всі кубики у відеречка. 3-й варіант. Дві-чотири команди діляться навпіл. Половина команд шикуються у колони на визначеній лінії, а друга половина - шикуються навпроти них на відстані 9-10 м так само. Кожний ведучий тримає м'яч у руках. За першим сигналом вчителя (свисток, хлопок у долоні тощо) ведучі кладуть м'ячі на землю, тримають їх руками, стоять, не згинаючи коліна. За другим сигналом швидко котять їх руками до учнів, які стоять навпроти по своїй доріжці. Докотивши його до першого учня, ведучий віддає м'яч, а сам біжить і стає останнім у цій половині команди. Учень, який отримав м'яч, котить його до команди, яка стоїть навпроти, виконує передачу та стає останнім у цій команді і т.д. Естафета закінчується тоді, коли команди поміняються місцями та перший учень другої половини команди візьме м'яч у руки і вся команда присяде. Можна використати секундомір.	кидати. 6. Учні розгинаються тільки тоді, коли виконали завдання до кінця. 7. Бігти тільки по своїй доріжці.	
--	---	--

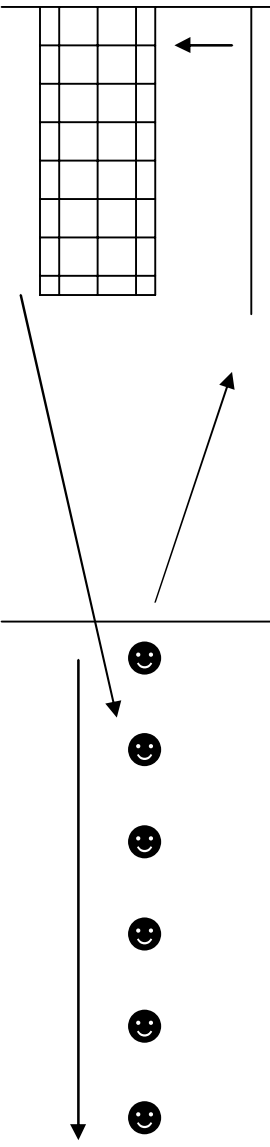
“Естафети павуків”

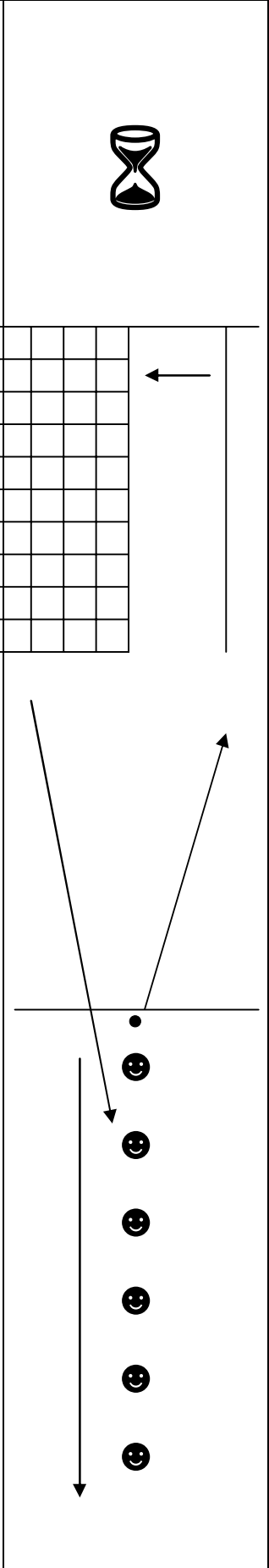
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, відповідальності, сміливості, старанності, активності, самостійності, впевненості у собі; розвивати координацію рухів, силу у руках тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: 4-6 великих канатів, велика сітка; 4-6 футбольних м'ячів.

Місце проведення: спортивний майданчик, спортивний зал.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. 4-6 команд шикуються у колони на визначеній вчителем лінії. За сигналом учителя (свисток, хлопок у долоні тощо) ведучі біжать до канатів, які висять навпроти кожної команди та намагаються якомога швидше вилізти по них (вчитель вказує яким способом). Вилізши по канату до певної межі, учні перелізають на велику сітку, з якої швидко спускаються. Прибігши до своєї команди, ведучі передають естафету наступним учням, а самі стають останніми у колонах. Естафета закінчується тоді, коли всі учні у команді виконують завдання та ведучий, знову, стоятиме перший у колоні. Виграє команда, яка швидко та чесно виконає завдання.	1. Відстань між командами 2-4 м. 2. Відстань між учнями 0,5 м. 1. Не заважати один одному. 2. Не вибігати раніше, ніж передадуть естафету. 3. Не бити сильно по м'ячу. 4. У руки	

2-й варіант. За першим сигналом 4-6 команд шикуються у колони на певній лінії. Кожний ведучий тримає м'яч у руках. За другим сигналом учителя вони кладуть м'ячі на землю біля ніг. За третім сигналом вмикається секундомір та ведучі б'ють по м'ячах так, щоб вони не викочувалися за бокові лінії доріжок (якщо вони є) та повільно біжать до канатів. Прибігши до них, зажимають кожний свій м'яч ногами (або залишають його біля канату) та намагаються якомога швидше вилізти по канатах. Вилізши по канатах до певної межі, учні кидають м'ячі на підлогу та перелізають на велику сітку, з якої швидко спускаються. Швидко беруть по м'ячу та котять їх назад тим же способом до команди. Потім ведучі передають естафету наступному учневі, а самі стають останніми у колонах. Естафета закінчується тоді, коли всі учні у команді виконають завдання та ведучий, знову, стоятиме перший у колоні з м'ячем у руках. Виграє команда, яка найшвидше та з дотриманням правил справиться.	м'яч брати при необхідності 5. Грати чесно.	
--	---	--

“Молодці – стрибунці”

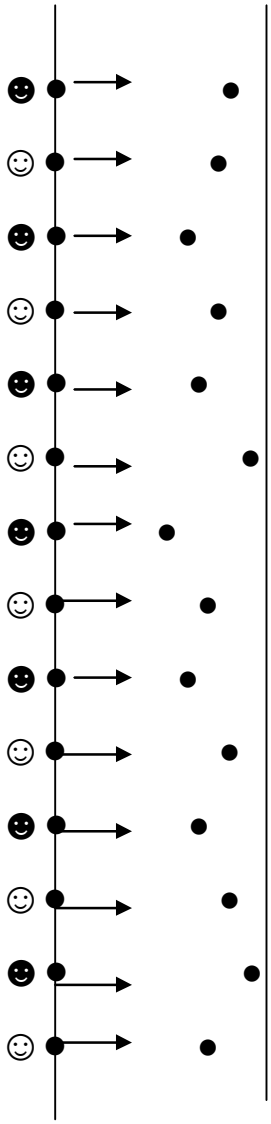
Значення гри-естафети: сприяти розвитку вольових якостей – наполегливості, відповідальності, сміливості, старанності, активності, самостійності, впевненості у собі; розвивати координацію рухів, силу у руках тощо.

Інтенсивність: середня.

Інвентар і обладнання: футбольних м'ячів відповідно до кількості учнів, орієнтири, 3-4 доріжки.

Місце проведення: спортивний майданчик, спортивний зал.

Зміст	Правила	Шиккування
1-й варіант. 3-4 команди шикуються у колони на визначеній вчителем лінії. Кожний ведучий тримає футбольний м'яч у руках. За першим сигналом учителя (свисток, хлопок у долоні тощо) кожний ведучий ставить м'яч між колінами. За другим сигналом – ведучі стрибають на обох ногах уперед по своїй доріжці (якщо вони є), тримаючи міцно колінами м'ячі. Дострибавши до свого орієнтира, кожний ведучий кладе м'яч на землю. Обійшовши орієнтир, він повертається до своєї команди лицем та б'є по м'ячу так, щоб він не викочувався за бокові лінії доріжки й у середньому темпі біжить за ним. Зробивши пас школяру своєї команди, ведучий стає останнім у колоні.	1. Відстань між командами 3-4 м. 2. Відстань між учнями 0,5 м. 3. Не забувати про помилки, які бувають при ударі та зупинці м'яча. 4. Якщо упав м'яч, то його піднімає тільки той учень, у якого він	

Учень, який отримав м'яч, виконує ті ж самі дії. У естафеті виграє та команда: - учні якої найменше кинуть м'яч; - найкраще дотримуватимуться правил гри; - ведучий якої буде стояти першим у колоні та тримати м'яч у руках. 2-й варіант. Учні стоять у шерензі. Кожний тримає футбольний м'яч у руках. За першим сигналом учителя (свисток, хлопок у долоні тощо) вони ставлять м'ячі між колінами. За другим сигналом - школярі стрибають на обох ногах уперед (бажано по індивідуальній доріжці), тримаючи міцно колінами м'ячі. Дострибавши до визначеної вчителем лінії, кожний учень кладе м'яч неї. Повернувшись на 180° вони беруть свій м'яч та йдучи вперед жонглюють ним. У грі-естафеті виграють учні: - які не кинуть м'яч під час стрибків; - які найбільше наб'ють м'яча під час жонглювання ним. 3-й варіант. Перший та другий варіанти можна грати як у гру до певного часу.	упав. 5. Учень продовжує стрибати з того місця, де упав м'яч. 6. Не заважати учням. 7. Чесно рахувати під час жонглювання м'яча.	
--	--	--