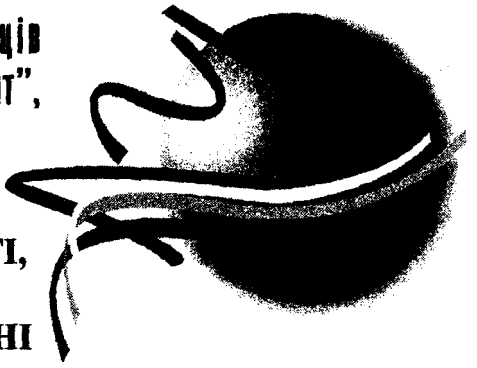


ДУХОВНО-МОРАЛЬНА ЦІННІСТЬ РУХЛИВИХ ІГОР У ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ, ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ У ВИКОНАННІ ДЕРЖАВНИХ ТЕСТІВ

Зоя Діхтяренко

Уманський педуніверситет,
вчитель з основ здоров'я і фізичної культури ЗОШ №4 міста Умані

АННОТАЦИЯ

Исследуется значение подвижных игр, которые своим положительным эмоциональным влиянием способствуют подготовке младших школьников к лучшему выполнению государственных тестов по физической подготовленности.

ANNOTATION

This article deals with movable games, which help the better fulfilment of state tests, if these games are positively taken by junior pupils and the pupils can play them.

Досліджується значення рухливих ігор, які своїм позитивним емоційним впливом сприяють підготовці молодших школярів до кращого виконання державних тестів з фізичної підготовки.

Духовно-моральна цінність рухливих ігор у позакласній роботі, як ефективний засіб розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів є актуальним у сучасних загальноосвітніх школах, в яких звертається увага на позашкільну роботу з фізичного виховання.

Наукові пошуки з фізичного виховання молодших школярів у педагогічній практиці шкіл майже не використовуються працівниками фізичної культури. Стан фізичного здоров'я, за статистикою, на сьогодні потребує змін, які б змогли б підвищити імунітет проти хвороб та сприяли б розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів, які здають учні у кожній школі незалежної України. Ось чому ми звертаємо увагу на духовно-моральну цінність рухливих ігор (один із основних засобів фізичного виховання) у позакласній роботі, як ефективний засіб розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів.

Як нам відомо, фізичне виховання – складова частина системи загального виховання: спеціально організований процес, спрямований на зміцнення здоров'я і загартування організму людини, гармонійний розвиток її функцій і фізичних можливостей, фомування важливих рухових здібностей, умінь та навичок. Фізичне виховання здійснюється в єдності з розумовим, моральним, естетичним і трудовим вихованням та навчанням. У його основу покладено вимогу всебічної підготовленості, що має відповідати сучасним запитам життя, праці й професійній діяльності [4:464].

Ефективність фізичного виховання школярів визначається динамікою фізичної підготовленості, розвитку основних рухових якостей (О.Д.Дубогай, 1989, В.П.Мурза, 1993, В.Т.Ткаченко, 1997).

Рухливим іграм приділяли увагу такі вчені-дослідники: Л.В. Біляєва, Є.С. Вільчковський, Б.І. Страшинський, Д.В. Хухлаєва, М.К. Шейко, В.Г.Яковлева та інші; видатні педагоги: Ян Коменський, А.С. Макаренко, В.О. Сухомлинський, К.Д.Ушинський . . .

Об'єктом дослідження є навчально – виховний процес з фізичного виховання молодших школярів у загальноосвітній школі.

Предмет – визначити, за яких умов рухливі ігри у позакласній роботі будуть ефективним засобом

розвитку фізичних якостей учнів у виконанні державних тестів.

Мета дослідження – вивчити, визначити та науково обгрунтувати педагогічні умови, що сприяють формуванню наполегливості у молодших школярів засобами рухливих ігор у позакласній роботі.

Гіпотезою дослідження є припущення, що через духовно-моральну цінність рухливих ігор у позакласній роботі, як ефективного засобу розвитку фізичних якостей буде формуватися наполегливість у молодших школярах під час виконання державних тестів.

Для досягнення мети ми ставимо перед собою такі *завдання*:

1. Навчити дітей зосереджуватися, слухаючи вчителя.

2. Формувати вміння в молодших школярах запитувати по необхідності.

3. Розвивати в дітей логічне та послідовне мислення.

4. Навчити дітей чесно за правилами грати в рухливі ігри, та наполегливо вчитися правильно виконувати державні тести і нормативи з фізичної підготовленості школярів та рухові тести.

5. Формувати у дітей наполегливість для досягнення позитивного результату під час рухливих ігор та естафет, які формують характер, самоствердкують молодшого школяра.

А.С.Макаренко писав: «Гра має важливе значення в житті дитини, має те саме значення, яке в дорослого має діяльність, робота, служба. Яка дитина в грі, такою з багатьох поглядів вона буде в роботі, коли виросте. Тому виховання майбутнього діяча відбувається насамперед у грі» [2:117].

У позакласній роботі в педагогічному експерименті ми підбирали такі рухливі ігри, в яких основні рухи збігалися з видами випробувань: витривалість – біг на 1 км (хвилини, секунди.); сила (з трьох державних нормативів вибирається один, який здають молодші школярі під час тестів, хоча всі три нормативи діти вміють виконувати) – згинання та розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі (разів) або підтягування на перекладині (разів), або вис на зігнутих руках; піднімання в сід за 1 хвилину (разів); стрибок у довжину з місця (сантиметрів) або стрибок угору; швидкість – біг на 30 м (секунд); спритність – човниковий біг 4 (рази) по 9 м (секунд); гнучкість – нахили тулуба вперед з положення сидячи (сантиметрів) [3:7-10].

У державних тестах є ще один вид випробувань – плавання. В місті Умані цей вид не здається тому, що немає в школах басейну.

Рухливі ігри для кожного класу вказані в державній програмі, але у нашому педагогічному експерименті ми зробили корекцію з урахуванням, що, впроваджуючи нову чи повторюючи знайому для малят гру, педагог повинен ураховувати місце проведення, пору року, ступінь фізичного навантаження, рух, який переважає в грі, не забувати, що порушення нещодавно сформованих умінь, уповільнення координації рухових дій, примітивне маніпулювання, підвищення дратівливості, погойдування, позіхання, порушення зорових та слухових реакцій – це ознаки втоми дітей. Учитель має не забувати про психічне й фізичне здоров'я дітей. Про це говорив видатний педагог В.О. Сухомлинський,його слова мають силу особливо сьогодні: "Я не боюся ще і ще раз говорити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця виховання. Від життєдіяльності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в їх сили" [6:.87].

Кожному педагогу відомо, що дітям властива природна потреба в рухах.

У зв'язку з посиленою руховою діяльністю і впливом позитивних емоцій підвищуються всі фізіологічні процеси в організмі, покращується робота всіх органів і систем.

Цінність рухливих ігор: розвивають рухи дітей; спонукають бути активним, діяльним, міркувати,досягати успіху; зміцнюють нервову систему; поліпшують апетит; стає глибоке дихання; розвивають психічні та моральні якості – колективізм, дисциплінованість, сміливість, винахідливість, рішучість, чесність, повагу...

Рухливі ігри є чудовим виховним засобом і успішне проведення їх у значній мірі залежить від знань раціональної методики і творчого використання її педагогом. З цього приводу Шалва Олександрович Амонашвілі писав: "Прагнучи пізнати таємницю дитячої душі, педагогічної майстерності та науки Педагогіки, буду бачити в кожній дитині свого вчителя і вихователя" [1: 10].

Як відомо, під час рухливих ігор одночасно здійснюється вдосконалення фізичного, розумового, морального, естетичного, трудового виховання, бо відбувається радість руху.

Великі педагоги всіх часів зазначали, що дитяча радість є могутнім стимулом формування життєво необхідних навичок людини.

У рухливій грі вдосконалюються якість і швидкість рухових дій, гнучкість рухових навичок, ефективність їх застосування. Цьому сприяє наявність певних факторів у рухливій грі, а саме:

- самостійне розв'язання рухових завдань із урахуванням ігрової ситуації;
- відсутність часу для підготовки до виконання основного руху;
- швидке переключення з одного руху на інший;
- емоційна насиченість;

- узгодження своїх рухів із діями ведучого та інших дітей.

У своєму педагогічному експерименті ми особливу увагу приділяли народним рухливим іграм, що залишили нам прадіди, які є неоціненним виховним скарбом, ,бо сприяють розширенню уявлень про навколишній світ, розвитку кмітливості, логічного мислення, психічних процесів, загартуванню волі, витримки та залучення до вивчення історії, традицій, звичаїв та обрядів, вірувань, культури свого народу, що є запорукою виховання національної самосвідомості.

Використання рухливих ігор, передбачених навчальною програмою, а також народних та місцевих ігор ("Гілка", "Карасі та щука", "Подоляночка", "Перетягування бука" та інші) у позакласній роботі сприяє, як говорив педагог В.О.Сухомлинський, доброму здоров'ю, відчуттю повноти, невичерпності фізичних сил, які є найважливішим джерелом життєрадісного світосприймання, оптимізму, готовності подолати будь-які труднощі. Хвора, квола, схильна до захворювань дитина – джерело багатьох негод, про це не слід ніколи забувати [5:125].

На основі вищесказаного можна зробити *висновки*:

1. Рухлива гра є потребою здорової дитини, яка дарує їй радість та втіху, формує характер, самостверджує молодшого школяра.

2. Розвиває у дітей здатність усвідомлювати свої дії та вчинки (зосереджуватися слухаючи вчителя; запитувати по необхідності; за правилами, чесно грати в рухливі ігри та наполегливо вчитися правильно виконувати державні тести і нормативи з фізичної підготовленості школярів та рухові тести).

3. Фізичне виховання розвиває в дітей логічне мислення.

4. Сприяє формуванню позитивного внутрішнього ставлення до того, що оточує молодшого школяра.

5. Рухлива гра - потреба у своєрідній формі пізнання світу, яка задовольняє пізнавальні, соціальні, моральні, естетичні потреби.

Література

1. Амонашвили Ш.А. Здраствуйте, дети! – М.: Просвещение, 1983.- 208 с.
2. Вільчковський Е.С. Фізичне виховання дітей дошкільного віку.- К.: Здоров'я, 1974.-250с.
3. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. – К., - 1996.- 31 с.
4. Педагогічний словник /За ред. Дійсного члена АПН України Ярмаченка М.Д. – К.: Педагогічна думка, 2001. – С. 464.
5. Сухомлинський В.О. Вибрані твори в 5-и томах. 4т. К.: Радянська школа, – 1977. – С.125.
6. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. – К.: Рад.школа, 1973, - 288 с.