

### ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ, СПРЯМОВАНОЇ НА ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

*Булгаков Олексій<sup>1</sup>, Коннова Майя<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Житомирський державний університет імені Івана Франка

<sup>2</sup> Вінницька академія неперервної освіти

#### Анотація:

Констатовано, що незважаючи на велику увагу вчених до розробки педагогічних технологій, наразі недостатньо напрацьовано технологій, використання яких забезпечувало б виховання в учнів фізичної культури особистості. Представлено організаційно-педагогічну технологію спрямовану на формування фізичної культури особистості учнів. В основі цієї технології лежить діяльнісний підхід. Встановлено, що використання педагогічної технології сприяло формуванню в учнів знань, умінь та практичних навичок щодо особливостей організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня.

#### Ключові слова:

педагогічна технологія, фізична культура особистості, фізкультурно-оздоровчі заходи, фізичне виховання.

It is shown that despite great attention of scientists to development of pedagogical technologies until are insufficiently acquired technologies which use would provide education at pupils of physical culture of the personality. Are provided the organizational and pedagogical technology directed to forming of physical culture of the identity of pupils. Activity approach is the cornerstone of this technology. It is established that use of pedagogical technology promoted forming at pupils of knowledge, abilities and practical skills of features of the organization and holding sports and improving actions in the mode of school day.

pedagogical technology, physical culture personality, sports and recreational activities, physical education.

Констатовано, що незважаючи на більше увагу учених к разработке педагогических технологий, пока недостаточно разработаны технологий, использование которых обеспечивало бы воспитание у учащихся физической культуры личности. Представлено организационно-педагогическую технологию направленную на формирование физической культуры личности учащихся. В основе этой технологии лежит деятельностный подход. Установлено, что использование педагогической технологии способствовало формированию в учащихся знаний, умений и практических навыков особенностей организации и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

педагогическая технология, физическая культура личности, физкультурно-оздоровительные мероприятия, физическое воспитание.

**Постановка проблеми.** В умовах сучасної школи приділяється значна увага розробці та впровадженню в навчально-виховний процес різноманітних педагогічних технологій, спрямованих на удосконалення урочної, позаурочної, позакласної, позашкільної форм системи фізичного виховання. Переважна більшість таких технологій зорієнтована на підвищення обсягу рухової активності учнів, збереження та зміцнення їх здоров'я, формування в учнів інтересу за рахунок впровадження нових видів спорту, використання засобів масової інформації та комп'ютерних програм, створення умов для самостійної підготовки учнів до занять [2, 7]. Однак, незважаючи на велику увагу вчених до розробки педагогічних технологій, наразі недостатньо напрацьовано технологій, використання яких забезпечувало б виховання в учнів фізичної культури особистості [6, 7]. Це потребує розробки та впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів інноваційних педагогічних технологій, спрямованих на формування фізичної культури особистості учнів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Результати аналізу літературних джерел [1, 5, 6] свідчать про те, що основними ознаками фізичної культури особистості є ведення здорового способу життя та систематичні заняття фізичними вправами; ступінь орієнтації людини на турботу про своє здоров'я та різноманіття засобів, які вона використовує для досягнення цієї мети; організаційно-методичні вміння людини щодо побудови самостійних занять фізкультурно-оздоровчого спрямування; готовність допомогти іншим людям в їх оздо-

ровлені.

Розробка та впровадження в навчально-виховний процес педагогічних технологій спрямованих на формування фізичної культури особистості учнів, на думку сучасних науковців, можлива лише за умови використання діяльнісного підходу, основне завдання якого полягає у забезпеченні об'єктивних умов для самореалізації особистості учнів у сфері фізичної культури. Практична ж реалізація такого підходу передбачає комплексне використання основних форм шкільного фізичного виховання [5–7].

**Мета статті** полягає в характеристиці особливостей використання організаційно-педагогічної технології спрямованої на формування фізичної культури особистості засобами фізкультурно-оздоровчих заходів.

**Результати досліджень та їх обговорення.** У наш час поняття «педагогічна технологія» стійко увійшло в педагогічний лексикон і є предметом дослідження багатьох науковців. Її визначення у великій мірі залежить від уявлень, які склалися у розробників щодо структури і основних складових навчально-виховного процесу. Так, за визначенням І. Прокопенка, В. Євдокімова [3], педагогічна технологія це суворо наукове і точне відтворення педагогічних дій, які гарантують успіх. Г. Селевко [4] педагогічну технологію розуміє як впорядковану сукупність дій, операцій і процедур, що інструментально забезпечують досягнення прогнозованого результату. У своїх дослідженнях, науковці зауважують, що будь-яка педагогічна технологія має складатись із наступних структурних блоків: 1) концептуальний блок; 2) змістовно-процесуальний блок; 3) критеріально-оціночний блок.

У відповідності з визначеною структурою нами була розроблена організаційно-педагогічна технологія «Формування фізичної культури особистості учнів загальноосвітніх навчальних закладів засобами фізкультурно-оздоровчих заходів». Її структура полягає в наступному. На першому етапі на уроках фізичної культури учні вивчають прості фізичні вправи, які використовуються в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів. Під час виконання домашніх завдань вони повторюють вивчені фізичні вправи (під контролем батьків). На наступних уроках фізичної культури вчитель перевіряє в учнів рівень сформованості навичок щодо виконання спеціальних фізичних вправ та уміння демонструвати їх перед однокласниками. Кращі з них проводять зі своїми товаришами на уроках загального циклу фізкультурні хвилинки з використанням цих вправ (під контролем учителів).

*Концептуальний блок організаційно-педагогічної технології.* Суть такої технології полягає у формуванні фізичної культури особистості учнів загальноосвітніх навчальних закладів за рахунок використання діяльнісного підходу. Діяльнісний підхід передбачає створення умов для активної та свідомої участі учнів у процесі організації і проведення фізкультурних хвилин та фізкультурних пауз у режимі навчального дня (під контролем учителів загального циклу), а також під час виконання ними домашніх завдань (під контролем батьків).

*Змістовно-процесуальна частина педагогічної технології. Змістова частина.* Для створення умов, які б забезпечували активну та свідому участь учнів у процесі організації і проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня, необхідно залучити до цього процесу не лише учителів фізичної культури, але й учителів загального циклу та батьків. Відповідно до цього реалізація такого підходу передбачає комплексне використання існуючих форм шкільного фізичного виховання: урочної, де учні отримували знання про особливості організації і проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, а також навчались виконувати фізичні вправи, які використовуються для проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, а в подальшому удосконалювали свої уміння за рахунок участі у проведенні, з використанням вивчених вправ, під контролем учителя, підготовчої або заключної частини уроку; позаурочної, де учні реалізовували знання та уміння у проце-

## IV. Науковий напрям

---

сі підготовки та самостійного проведення фізкультурних хвилинки (під контролем учителів загальноосвітнього циклу), ранкової гімнастики та фізкультурних перерв (під контролем учителів фізичної культури); у процесі підготовки домашніх завдань, де учні закріплювали отримані на уроках знання та навички.

*Процесуальна частина педагогічної технології.* Реалізація такого підходу здійснюється протягом навчального року за двома напрямками. Перший напрям передбачає залучення педагогічного колективу школи та батьків до процесу формування в учнів позитивного ставлення до проведення в режимі навчального дня фізкультурно-оздоровчих заходів.

В межах цього напрямку була проведена наступна робота:

1. На початку навчального року з педагогічним колективом була проведена бесіда на тему «Рухова активність дітей – основа їх здоров'я».

2. На початку навчального року (вересень) з учителями загального циклу був організований і проведений семінар-практикум на тему «Як навчити дітей бути здоровими», «Роль фізкультурно-оздоровчих заходів у підвищенні розумової працездатності учнів протягом навчального дня».

3. Під час методичних об'єднань вчителів були проведені лекторії, на яких розкривалась роль та значення фізкультурних хвилинки у підвищенні якості уроків загальноосвітнього циклу (вересень).

4. Для класних керівників (вересень) був організований круглий стіл, тема якого «Організація самостійної рухової активності учнів».

5. З учителями фізичної культури була проведена методична нарада щодо узгодження плану роботи по впровадженню педагогічної технології. Крім цього, учителі були забезпечені необхідними методичними матеріалами, де розкривався зміст педагогічної технології.

Метою другого напрямку реалізації технології було формування в учнів загальноосвітніх шкіл дієвого ставлення до проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.

Реалізація цих завдань здійснювалась у межах уроків фізичної культури, уроків загального циклу та в процесі підготовки учнями домашніх завдань. Для формування в учнів позитивних уявлень про оздоровчий вплив фізкультурних хвилинки та фізкультурних пауз на їх організм на початку навчального року протягом перших двох уроків фізичної культури учитель у поєднанні із матеріалом з техніки техніки безпеки, гігієнічних вимог та ін. давав учням теоретичні відомості про вплив фізкультурних хвилинки на розумову працездатність та самопочуття. Формування в учнів знань про фізичні вправи, які використовуються в процесі проведення фізкультурних хвилинки різної спрямованості (для підвищення розумової працездатності, профілактики порушень постави, порушень зору) та навичок самостійно використовувати фізичні вправи для проведення фізкультурних хвилинки, здійснювалось, починаючи із третього уроку фізичної культури, і тривало протягом 25 уроків. На перших 9-ти уроках вивчались фізичні вправи загально-розвивального характеру; на наступних 9-ти уроках, вправи які використовуються для профілактики порушень постави. Протягом наступних 7-ми уроків вивчались фізичні вправи для профілактики порушень зору.

Вивчення учнями фізичних вправ, які використовуються для проведення фізкультурних хвилинки, здійснювалось у заключній частині уроку перед підбиттям підсумків, а повторення вивченого матеріалу здійснювалось на наступному уроці у підготовчій його частині.

Удосконалення та закріплення вивченого на уроках матеріалу здійснювалось учнями у процесі виконання домашніх завдань. Зміст домашніх завдань був спрямований на самостійну підготовку учнями (на основі вивченого на уроках матеріалу, з допомогою методич-

## IV. Науковий напрям

них рекомендацій) декількох фізичних вправ для проведення фізкультурних хвилинки. Перевірка виконання учнями домашніх завдань здійснювалась учителем на кожному уроці фізичної культури у підготовчій частині.

Реалізація отриманих протягом перших 9-ти уроків фізичної культури знань та умінь здійснювалась учнями у процесі проведення перед своїм класом (під контролем учителя) фізкультурних хвилинки на уроках загального циклу. Для забезпечення таких умов класним керівникам, необхідно було провести наступну роботу: 1) для систематичного проведення учнями усього класу фізкультурних хвилинки розподілити їх на групах; 2) розробити план організації самостійного проведення учнями фізкультурних хвилинки; 3) для оцінювання якості проведення фізкультурних хвилинки як кожного учня окремо так і групи в цілому розробити спеціальні критерії контролю та оцінювання якості виконання фізкультурних хвилинки.

Самостійне проведення учнями фізкультурних хвилинки із використанням вивчених раніше фізичних вправ здійснювалось на кожному уроці загального циклу, починаючи із другого уроку, і тривало протягом чотирьох тижнів. Паралельно із цим на уроках фізичної культури (протягом 4-х тижнів – 8–9 уроків) учні вивчали інші, більш складні вправи, спрямовані на профілактику різних порушень постави.

З метою підвищення мотивації школярів до регулярного проведення фізкультурно-оздоровчих заходів, які не тільки підвищують їх розумову працездатність, а й виконують профілактичну функцію щодо різних захворювань, обумовлених гіподинамією, організовувались спеціальні змагання та фізкультурно-спортивні свята між класами на краще проведення фізкультурних хвилинки за такими напрямками: а) виконання комплексів фізичних вправ загально-розвивального характеру; б) виконання комплексів фізичних вправ, спрямованих на профілактику порушень постави.

Оцінка ефективності цієї технології здійснювалась за критеріями які характеризують рівень сформованості фізичної культури особистості учнів, а саме: рівень знань, умінь та практичних навичок учнів щодо використання фізичних вправ у процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня, а також систематичність використання школярами фізичних вправ у режимі дня як один із факторів ведення ними здорового способу життя.

Результати матеріалів проведеного дослідження представлені у таблиці 1. Їх аналіз свідчить про те, що на початку експерименту загальна кількість учнів, які розуміють сутність позитивного впливу фізкультурно-оздоровчих заходів, що проводяться в режимі навчального дня, на підвищення їх розумової працездатності та ролі цих заходів у профілактиці порушень постави та порушень зору, становила 44,2%, тоді як в кінці експерименту таких учнів було уже 100% (табл. 1, запитання 1).

Таблиця 1

### Вплив організаційно-педагогічної технології на формування знань та практичних навичок учнів щодо використання фізичних вправ у процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня

№ з/п	Запитання	Узагальнені результати відповідей (%)	
		до початку експерименту	після експерименту
	Чи знаєте Ви, що систематичне виконання фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня (гімнастика перед	44,2%	100%

## IV. Науковий напрям

1	заняттями, фізкультурні хвилинки та фізкультурні перерви), забезпечує підвищення розумової працездатності та є важливим профілактичним засобом щодо порушень постави та зору?		
2	Фізичні вправи, які використовуються в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня учнів, повинні бути спрямовані:		
	а) на розвиток швидкості та гнучкості	8,4	0
	б) на розвиток спритності та сили	5,2	0
	в) для профілактики серцево-судинних захворювань	12,7	2,4
	в) для зняття розумового напруження	39,5	96,3
	г) для профілактики порушень постави	33,2	89
	д) для профілактики порушень зору	33,7	82,5
3	Які фізичні вправи доцільно використовувати в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня учнів:		
	а) вправи з обтяженням	21,7	0
	б) вправи з гантелями	13,3	1,2
	в) вправи з гімнастичними палицями	26,7	13,4
	г) вправи з мішечками на голові	44,8	86,9
	д) дихальні вправи	11,7	73,1
	е) вправи для зняття навантажень на м'язи спини	15,5	94,8
	є) вправи для розвитку та зміцнення м'язів стопи	8,7	89,5
	ж) вправи для м'язів шиї	35,6	83,1
	з) вправи для очей	18,9	90,9
4	Чи вмієте Ви виконувати комплекси фізичних вправ, які використовуються в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів?	25,6	88,2
5	Чи знаєте Ви особливості організації і проведення фізкультурно-оздоровчих заходів	27,2	89,6%

Отримані результати свідчать також про те, що після впровадження в навчально-виховний процес організаційно-педагогічної технології збільшилась кількість учнів, що мають достатні знання про те, якої спрямованості мають бути фізичні вправи, що використовуються в процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів. Так, наприклад, якщо до впровадження педагогічної технології загальна кількість учнів, які вказали на те, що під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів необхідно використовувати фізичні вправи для зняття розумового напруження становила 39,5%, для профілактики виникнення порушень постави 33,2%, для профілактики виникнення плоскостопості 23,9%, для профілактики порушень зору 33,7% учнів. Після впровадження педагогічної технології таких учнів уже було, відповідно, 96,3%, 89%, 85,8%, 82,5% (табл. 1, запитання 2).

Як показав проведений аналіз, впровадження в навчально-виховний процес організаційно-педагогічної технології забезпечило також формування в учнів знань про те, які фізичні вправи доцільно використовувати під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів. Так, якщо до початку експерименту загальна кількість учнів, які вказали на те, що під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів доцільно використовувати фізичні вправи з мішечками на голові, дихальні вправи, вправи для розвитку та зміцнення м'язів спини, вправи для м'язів шиї та вправи для очей, складала 35–44%, то після впровадження педагогічної технології таких учнів було уже близько 80–90% (табл. 1, запитання 3). Більшість учнів (88,2%), після впровадження педагогічної технології вказали і на те, що вони вміють са-

## IV. Науковий напрям

можливо розробляти комплекси фізичних вправ для проведення фізкультурно-оздоровчих заходів (табл. 2, запитання 4) та володіють методикою організації і проведення цих заходів, що відмітили 89,6% учнів (табл. 2, запитання 5), тоді як до впровадження педагогічної технології таких учнів було лише 25,% та 27,2% відповідно. Проведений вище аналіз свідчить про те, що під впливом організаційно-педагогічної технології суттєво підвищився рівень знань, умінь та практичних навичок учнів щодо використання фізичних вправ у процесі проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.

Таблиця 2

### Вплив організаційно-педагогічної технології на формування в учнів потреби до систематичного використання фізичних вправ у режимі дня

№ з/п	Запитання	Узагальнені результати відповідей (%)	
		до початку експерименту	після експерименту
1	Чи подобаються Вам уроки фізичної культури?	72,5	87,7
2	Чи хотіли б Ви, щоб у вашій школі проводились фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня?	67,4	89,7
3	Як Ви вважаєте, чи позитивно впливає на ваш організм виконання гімнастики до занять?	67,4	100
4	Чи хотіли б Ви навчитися самостійно проводити фізкультурні хвилинки під час уроків загального циклу?	56,3	85,7
5	Чи хотіли б Ви навчитись самостійно проводити фізкультурні перерви?	38,8	83,5

Аналіз результатів експерименту свідчить про те, що впровадження в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів організаційно-педагогічної технології вплинуло на формування в учнів позитивного ставлення до уроків фізичної культури, до фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня, а також забезпечило підвищення у школярів інтересу до систематичного використання фізичних вправ в режимі дня.

Встановлено, що кількість учнів, яким подобаються уроки фізичної культури, становить 87,7%, (середній груповий показник по усій вибірці, яка включає 4 школи), що на 18,3% більше у порівнянні із результатами, які були отримані до впровадження педагогічної технології (табл. 2, запитання 1).

Результати матеріалів проведеного дослідження свідчать також про те, що наприкінці експерименту збільшилась також кількість учнів, які хотіли б, щоб у їхній школі проводились фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня. Так, якщо до впровадження педагогічної технології загальна кількість таких учнів не перевищувала 67,4%, то після впровадження педагогічної технології таких учнів було уже 89,7% (табл. 2, запитання 2). В результаті проведеного дослідження також було встановлено, що наприкінці формування експерименту кількість учнів, які усвідомлюють, що виконання гімнастики перед заняттями позитивно впливає на їх організм, збільшилась на 32,6% і складає 100% (табл. 2, запитання 3), а кількість учнів, які хотіли б навчитися самостійно проводити фізкультурні хвилинки під час уроків загального циклу та фізкультурні перерви, збільшилась відповідно на 29,4 та 44,7% (табл. 2, запитання 4, 5).

### Висновки.

1. Результати аналізу літературних джерел свідчать про те, що в основі педагогічних технологій спрямованих на формування фізичної культури особистості учнів повинен лежати діяльнісний підхід, який передбачає спрямованість педагогічної діяльності на забезпечення і підтримку процесу самопізнання, самовдосконалення і самореалізації особистості учня, розвитку його неповторної індивідуальності.

2. Аналіз результатів проведеного дослідження показав, що використання в навчально-виховному процесі експериментальних загальноосвітніх шкіл організаційно-педагогічної технології привело до збільшення кількості учнів (на 55,8%), які знають про позитивний вплив на їх організм фізкультурно-оздоровчих заходів, які проводяться в режимі навчального дня.

3. Встановлено, що використання педагогічної технології сприяло формуванню в учнів знань, умінь та практичних навичок щодо особливостей організації та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня.

### Список використаних літературних джерел

1. Булгаков О. І. Особистісна фізична культура як одна із граней гармонійно розвиненої людини / О. І. Булгаков // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 1 / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського ; Житомирський державний університет імені Івана Франка. – Вінниця, 2016. – № 1. – С. 15–21.

2. Поташнюк І. Стратегія зміцнення здоров'я підліткового населення України в сучасних соціально-економічних умовах / І. Поташнюк // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць. Вип. 1 / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; Житомирський державний університет імені Івана Франка. – Вінниця, 2016. – № 1. – С. 146–150.

3. Прокопенко І. Ф. Сучасні педагогічні технології в підготовці учителів : навч. посіб. / І. Ф. Прокопенко, В. І. Євдокимов. – Х. : Колегіум, 2008. – 344 с.

4. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособ. – М., 1998. – 256 с.

5. Сутула В. О. Базові ознаки фізичної культури особистості / В. О. Сутула // Духовність особистості: методологія, теорія і практика : зб. наук. праць / гол. ред. Г. П. Шевченко. – Вип. № 6 (53). – Луганськ : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2012. – С. 186–192.

6. Сутула В. О. Виховання особистісної фізичної культури в учнів загальноосвітніх навчальних закладів – стратегічне завдання системи фізичного виховання / В. О. Сутула // Теорія та методика навчання та виховання : зб. наук. пр. / за заг. ред. член-кор. НАПН України А. В. Троцько. – Х. : ХНПУ, 2011. – Вип. 30. – С. 154–164.

7. Филимонова С. И. «Физическая культура» как учебная дисциплина: пути реализации / С. И. Филимонова // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 6. – С. 26–30.