



УДК 796.817:159.947-053.6

## ХОРТИНГ ЯК ЗАСІБ ВИХОВАННЯ НАПОЛЕГЛИВОСТІ В МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ



**ТИМЧИК Микола Валерійович** – кандидат педагогічних наук, науковий співробітник лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України;

**СРЬОМЕНКО Едуард Анатолійович** – аспірант лабораторії фізичного розвитку Інституту проблем виховання НАПН України, президент Української федерації хортингу, майстер спорту міжнародного класу, заслужений тренер України

У статті розкриваються зміст, форми і методи виховання в молодших школярів наполегливості в процесі занять хортингом. Подано результати дослідження з виховання наполегливості та розкривається ефективність організаційних форм і методів у процесі занять хортингом. Проведено теоретичний аналіз проблеми виховання в учнів молодшого шкільного віку наполегливості в процесі занять хортингом.

**Ключові слова:** хортинг, організаційна форма, виховання наполегливості, вольові якості, молодші школярі, педагогічні умови.

**Постановка проблеми.** Актуальність дослідження проблеми виховання в учнів початкової школи наполегливості в процесі занять хортингом зумовлена орієнтацією педагогічної теорії і практики на розробку сучасних методик, що сприяють підвищенню ефективності виховної і оздоровчої роботи в школах та позашкільних навчальних закладах. Адже розвиток вольових якостей важливий не лише для юних спортсменів, а й для всіх школярів. Вивчення літературних джерел [2; 3; 11] засвідчує, що у вихованні в молодших школярів наполегливості велике значення має фізкультура, спорт, зокрема українська боротьба хортинг. Відповідно до навчальної програми з хортингу набір дітей у навчально-тренувальні групи дитячо-юнацьких спортивних шкіл починається з 6 років, тобто водночас із їх вступом до початкової школи. Саме в цей час і слід починати виховувати вольові якості дитини, серед яких одне з провідних місць належить наполегливості.

Отже, обрана проблема не лише засвідчує своє право на існування, а й потребує проведення подальших спеціальних досліджень.

**Мета** – теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність організаційних форм і методів виховання в учнів молодших класів наполегливості в процесі занять хортингом.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** В останні роки здійснено низку досліджень, присвячених окремим аспектам вирішення зазначеної проблеми засобами хортингу та фізкультурно-масової роботи. Це насамперед дослідження Е. С. Вільчковського, Л. В. Волкова, К. П. Козлова, Т. Ю. Круцевич, у яких стверджується, що регулярні заняття фізичними вправами не тільки розширюють діапазон функціональних можливостей, а й розвивають

© Тимчик М. В., Срьоменко Е. А., 2014

здатність молодших школярів долати труднощі й перешкоди. У дослідженнях Г. Л. Апанасенка, З. М. Діхтяренко, М. Д. Зубалія, М. В. Тимчика, Б. М. Шияна зазначається, що в процесі занять фізичною культурою і спортом у школярів формується низка важливих якостей, зокрема, наполегливість, цілеспрямованість, дисциплінованість, ініціативність, рішучість, сміливість, самостійність, витримка тощо. Проведений аналіз наукових досліджень засвідчує, що сьогодні накопичено певний досвід виховання в учнівської молоді наполегливості, однак проблема виховання в учнів 1–2 класів цієї якості засобами боротьби хортинг досліджена недостатньо.

Вивчення й аналіз психолого-педагогічної літератури [4; 11] засвідчує, що наполегливість є необхідною рисою характеру сучасної людини, що виявляється в її здатності доводити розпочату справу до кінця й досягати поставленої мети в процесі тривалої і напруженої діяльності. Тобто наполегливість пов'язана з умінням учнів молодших класів здійснювати свої прагнення, що є одним з провідних видів внутрішніх мотивів. Молодший шкільний вік є найважливішим перехідним етапом у житті людини від раннього дитинства до свідомого життя. Саме тому в цей період слід приділяти найбільшу увагу дітям у питаннях морально-вольового загартування та виховання наполегливості, які сприятимуть їм у подальшому житті.

Ми поділяємо думку Є. П. Ільїна, який неспростовно доводить, що наполегливість як вольова якість за життєвих обставин виявляє себе постійно, тобто є важливою рисою особистості. Під наполегливістю автор розуміє непохитне прагнення до досягнення віддалених у часі цілей через подолання перешкод і труднощів, які при цьому виникають. Дослідник також визначає умови вияву наполегливості: а) сту-

піль упевненості людини в досягненні мети; б) мотивацію досягнення (прагнення до успіху); в) наявність вольових установок на подолання труднощів [7].

Боротьба хортинг як вид спорту є важливим засобом виховання в учнів початкової школи наполегливості й готовності до вибору спортивного профілю, а також ведення здорового способу життя. В процесі занять хортингом в учнів формуються й інші вольові якості, які необхідні для досягнення поставленої мети. Боротьба хортинг також сприяє вихованню нового покоління фахівців з фізичного виховання, різних видів спорту та інших сфер життєдіяльності.

На різних етапах наукового пошуку нами використано такі **методи** дослідження:

- *теоретичні*: вивчення педагогічної і методичної літератури з теми дослідження для розгляду теоретичних підходів до виховання наполегливості молодших школярів та визначення понятійного апарату; аналіз програмно-нормативних документів, навчальних планів, програм з фізичного виховання та з боротьби хортинг, сценаріїв і програм масових свят та положень про спортивні змагання з метою вивчення практичної діяльності загальноосвітніх шкіл;

- *емпіричні*: педагогічне спостереження за процесом виховання наполегливості учнів у процесі занять хортингом та під час проведення позакласної фізкультурно-масової роботи для вивчення динаміки вихованості учнів початкових класів; тестування, анкетування, опитування учнів, учителів і батьків, бесіди та інтерв'ю з учителями, метод незакінчених речень, метод незалежних характеристик для кількісного і якісного аналізу емпіричних даних та результатів вивчення стану роботи загальноосвітніх навчальних закладів з виховання в учнів наполегливості тощо.

Ефективною організаційною формою виховання наполегливості в молодших школярів є такий вид єдиноборств, як **хортинг**. У процесі занять цим видом спорту у дітей розвивається логічне мислення, уважність, дисциплінованість, винахідливість, ініціативність; формуються навички до самовиховання, вміння правильно виконувати фізичні вправи з хортингу та рухові тести. Також під час занять хортингом у молодших школярів розвиваються основні фізичні якості, а саме: спритність, швидкість, витривалість, гнучкість та інші. Від цих якостей під час регулярних занять хортингом, різноманітності педагогічних технологій, а також сформованості вольових якостей, що набувають учні в школі, залежить те, якими вони виростуть і стануть у майбутньому.

Наполегливість визначається як систематичний вияв сили волі в процесі реалізації довготривалої мотиваційної установки, як прагнення людини досягти віддаленої за часом мети, незважаючи на перешкоди й труднощі, що виникають. Вияв наполегливості значною мірою залежить від ступеня впевненості людини в досягненні мети, мотивації досягнення

(прагнення до успіху), рівня домагань, наявності вольових установок на подолання труднощів. Реалізується наполегливість через багаторазовий вияв завзяття і терплячості.

Отже, наявність у людини цих вольових якостей зумовлює значною мірою і її наполегливість.

Звичайно, на шляху досягнення віддаленої за часом мети людина може терпіти й окремі невдачі. У зв'язку з цим не можна не торкнутися питання щодо її фрустраційного порога. Він характеризує швидкість виникнення фрустраційного стану людини, коли вона неодноразово зазнає поразок або невдач. Крім того, що різні люди володіють різним фрустраційним порогом (в однієї людини стан фрустрації настає після двох-трьох невдач, у іншої – за більшої їх кількості), вони й реагують на фрустрацію по-різному. За імпульсивної форми реагування людина опускає руки, вважаючи себе нездатною подолати труднощі, що виникли, а за екстрапульсивного реагування на невдачі людина вважає причинами їх зовнішні чинники, випадковість, прагнучи довести, що вона може впоратися з труднощами, що виникли, і діє наполегливіше.

Для діагностики вихованості наполегливості молодших школярів у позакласній діяльності було перевірено такі нормативи: критерії та показники вихованості наполегливості молодших школярів у процесі занять хортингом; ставлення молодших школярів до занять хортингом; групи індексу фізичного розвитку (ІФР); рівні втомленості молодших школярів у процесі занять хортингом; вплив фізичних вправ на емоційний стан молодших школярів під час занять хортингом; тест на вияв елементарних форм швидкості й наполегливості; кистьова динамометрія; рівні розвитку чинників з основ здоров'я і фізичної культури (за дванадцятибальною системою оцінювання); обстеження фізичного розвитку молодших школярів; обстеження функціонального стану організму і його змін у динаміці.

Успіх у формуванні в молодших школярів наполегливості насамперед залежить від батьків. Дослідження показують, що батьки, які прагнуть дати дитині всебічний розвиток і при цьому пред'являють до неї достатньо високі вимоги, можуть розраховувати на те, що в дитини не буде серйозних проблем з вольовою регуляцією діяльності. Такі недоліки вольової поведінки, як капризи й упертість, що спостерігаються, починаючи з дитячого віку, розвиваються через помилки батьків у вихованні волі в дитини. Якщо батьки в усьому прагнуть догоджати дитині, задовольняють кожне її бажання, не вимагають від неї затрати власних зусиль чи не привчають її стримувати себе, то згодом у дитини спостерігатиметься недостатність вольового розвитку.

Важливу роль у вихованні в учнів молодших класів наполегливості та дисциплінованості відіграє школа. Адже, вчитель фізичної культури, тренер спортивної секції, з якими спілкуються учні, безпо-

середньо впливають на формування в них певних особистісних характеристик, які залишають у житті школярів яскравий виховний слід. Нерідко це викликає в учнів прагнення наслідувати поведінку вчителя або тренера. І якщо у вихователів добре розвинені вольові якості, то ймовірно, що ті самі якості будуть успішно розвиватися і в їхніх вихованців.

Сучасний хортинг передбачає високі вимоги до функціональних можливостей організму, до фізичних і психологічних якостей юних хортингістів. Юні хортингісти в процесі тренувань поступово розвивають такі здібності й фізичні якості, як мислення, силу, швидкість та координацію рухів, спеціальну витривалість, бійцівський характер, здатність миттєво орієнтуватися в постійно мінливих ситуаціях, вибір найбільш раціональних дій, швидкий перехід від одних дій до інших, що свідчить про високу рухливість нервових процесів, тощо. Хортинг, як спортивне єдиноборство, характеризується також дуже високою емоційністю й інтелектуальністю. Вольові особливості дій хортингістів визначаються правилами змагань, характером їх атакуючих та захисних дій, іншими особливостями змагальної боротьби.

Отже, потенційні можливості хортингу як засобу виховання наполегливості в учнів початкових класів можуть набувати такої спрямованості виявлення: фізкультурно-оздоровчої, спортивно-прикладної, психологічної, емоційно-почуттєвої та морально-етичної.

При ретельному використанні відповідних тренувальних засобів, педагогічних умов і спрямованості виховання наполегливості спостерігається творчий саморозвиток дітей молодшого шкільного віку, які займаються хортингом. В результаті цього відбувається їх становлення як особистостей, активних і ефективних майбутніх лідерів, тобто особистостей, які стають наполегливими у будь-якій діяльності та самоактуалізації у подальшому житті.

Хортингісти молодшого шкільного віку здійснюють вольові дії головним чином за вказівкою тренера. До третього класу вони вже набувають здатності здійснювати вольові акти відповідно до власних мотивів. Діти цього віку на заняттях з хортингу дедалі більше виявляють наполегливість у навчально-тренувальній діяльності. З часом у них формується витримка й вони поступово позбавляються імпульсивності. Проте вольові якості вони виявляють в основному для того, щоб наслідувати волю тренера й заслужити прихильність до себе дорослих (батьків, учителів фізичної культури та тренерів з хортингу).

Ефективність дій хортингістів значною мірою визначається хорошим периферичним зором, високим рівнем розвитку в них швидко-силових якостей: стійкості, миттєвому розподілу й переключенню уваги. Хортингістам доводиться одночасно сприймати велику кількість рухових об'єктів (рук, тулуба, ніг, очей, міміки суперника), що визначають обсяг їхньої

уваги, вміння миттєво її перемикаати й розподіляти. Наприклад, хортингіст, спостерігаючи за наміром суперника провести підсічку, приймає рішення щодо контрдії, для чого розподіляє свою увагу так: визначає відстань до атакуючої ноги суперника та його тулуба, стежить, як супротивник пересувається, який намагається зробити захват, і тільки потім проводить свій прийом.

Робота в нападі з першої хвилини двобою, вихід хортингіста із захвату суперника та боротьба за свій захват для проведення атаки, організація різних варіантів захисних та атакуючих дій – усе це зумовлює високі вимоги до мислення хортингіста. Йому треба швидко і точно орієнтуватися й оцінювати дії суперника в обстановці двобою, самостійно приймати ефективні тактичні рішення, розгадувати задуми суперника й передбачати результати. Саме в тактичних діях хортингістів і реалізується їхнє творче мислення, пам'ять та уявлення.

Однією з важливих психофізичних особливостей рухової діяльності хортингістів є вміння виконувати точні, диференційовані, просторові, тимчасові й м'язові сприйняття. Правильне й своєчасне виконання технічного прийому тісно пов'язане з високо-розвинутою здатністю точно оцінювати дистанцію. Для розвитку уваги на тренуваннях слід якомога більше варіювати дистанції під час проведення навчальних двобоїв, використовувати різні прийоми за сигналом тренера. В сприйнятті хортингістами рухів відображаються їхні властивості, форма, амплітуда, напрямок, тривалість і прискорення.

Підвищити рівень упевненості та наполегливості можна завдяки розвитку: спостережливості (вмінню швидко й правильно помічати важливі моменти змагальної боротьби, орієнтуватися в складній двобійній обстановці); кмітливості (вмінню швидко й правильно оцінювати складні ситуації, урахувати їх наслідки); ініціативності (вмінню ефективно й самостійно застосовувати тактичні задуми проти суперника й передбачати результати як власних, так і його дій).

Виховання в хортингіста наполегливості відбувається не лише в процесі навчально-тренувальних занять і виступів на змаганнях, а й протягом усього життя спортсмена. Тому вчителю фізичної культури, тренеру слід ознайомитися з трудовою діяльністю учня, його способом життя за межами навчального закладу. Тренер має пам'ятати, що заняття хортингом – це один із засобів розвитку особистості.

Серед різних видів діяльності, що розвивають й сприяють закріпленню вольових якостей, зокрема наполегливості, чи не найважливішою є участь хортингістів у відповідальних спортивних змаганнях. Адже в навчальних двобоях важко й часом навіть неможливо створити обстановку, в якій спортсмени діяли б так само, як і під час змагань. Тому дуже бажано, щоб хортингісти якомога частіше виступали у публічних змаганнях. Крім того, тренеру потрібно



зважати на те, що буденне заняття або малоцікава товариська зустріч не сприяють формуванню наполегливості. Навчальні заняття слід проводити захоплююче, зацікавлюючи хортингістів посильними труднощами й завданнями, що постійно ускладнюються; на високому емоційному підйомі, що сприятиме вихованню наполегливості, дисциплінованості, ініціативності тощо.

**Висновки.** Результати дослідження дають змогу констатувати, що виховання в молодших школярів наполегливості засобами хортингу тісно пов'язане із загальноосвітніми виховними завданнями. Аналіз отриманих результатів показав, що ефективність виховання наполегливості в процесі занять хортингом підвищилася за таких педагогічних умов: тісного взаємозв'язку сімей і педагогічних колективів експериментальних ЗНЗ; правильної педагогічної спрямованості форм і методів фізичного виховання учнів молодших класів; удосконалення змісту фізичного виховання учнів у процесі занять хортингом; використання особистісно зорієнтованого й індивідуального підходу до молодших школярів; відповідність змісту фізичного виховання в процесі фізкультурно-масової роботи інтересам і потребам учнів; застосування організаційних здібностей школярів у процесі проведення змагань з хортингу в школі, сім'ї та за місцем проживання; дотримання принципу доступності на кожному етапі роботи; створення ситуації успіху та суперництва; усвідомлення кожним учнем свого обов'язку й відповідальності за рейтинг школи, класу, своєї команди; створення позитивного емоційного фону під час спортивної діяльності, доброзичливої атмосфери на заняттях тощо.

**Перспективи подальшого дослідження.** Незважаючи на проведені дослідження, у цій сфері залишається багато невирішених проблем. Зокрема, немає єдиної думки стосовно психологічної структури вольових дій хортингістів, їх спонукального механізму, а також конкретних обґрунтованих засобів виховання наполегливості в молодших школярів. Не обґрунтовані також зміст, форми і методи виховання

в учнів цього віку наполегливості в процесі занять загальною фізичною культурою. Потребують подальшого вивчення й питання діагностики наполегливості, особливостей їхнього вікового становлення і залежності від біологічних та соціальних чинників.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Б е х І. Д. Психологічний супровід особистісно орієнтованого виховання / І. Д. Бех // Початкова школа. – 2003. – № 3. – С.1–6.
2. В і л ь ч к о в с ь к и й Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: навчально-методичний посібник / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. – Тернопіль: Мандрівець, 2008. – 128 с.
3. Д е н и с е н к о Н. Ф. Витоки здоров'я дитини: навчально-методичний посібник / Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайличенко. – Тернопіль: Мандрівець, 2010. – 160 с.
4. Д і х т я р е н к о З. М. Формування наполегливості молодших школярів засобами фізичної культури / З. М. Діхтяренко // Вісник Житомирського педагогічного університету імені Івана Франка. – Житомир: Ред.-вид. відділ ЖДПУ імені Івана Франка, 2003. – Вип. 13. – С. 138–140.
5. Є р ь о м е н к о Е. А. Тренування в хортингу: навчально-методичний посібник / Е. А. Єрьоменко. – К., 2009. – 227 с.
6. З у б а л і й М. Д. Фізичне виховання учнів 10-11 класів: навч. посібник / М. Д. Зубалій. – К., 2008. – 212 с.
7. И л ь и н Е. П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2002. – 288 с.
8. Методика фізичного виховання учнів 1 – 11 класів: навч. посібник / М. Д. Зубалій, Л. В. Волков, М. В. Тимчик та ін. [за ред. М. Д. Зубалія]. – К.: Педагогічна думка, 2011. – 209 с.
9. Психологія: підручник [за ред. Ю. Л. Трофімова]. – 2-е вид., стереотип. – К.: Либідь, 2000. – 134 с.
10. С е м и г а л О. М. Хортинг в системі виховання фізичної активності дітей: навчально-методичний посібник для тренерів і спортсменів / О. М. Семигал. – Полтава: Знання, 2010. – 24–27 с.
11. Т и м ч и к М. В. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-масової роботи: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / М. В. Тимчик. – К., 2013. – 222 с.

**Н. В. Тымчик, Е. А. Ерёмченко.  
ХОРТИНГ КАК СПОСОБ ВОСПИТАНИЯ НАСТОЙЧИВОСТИ  
У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

В статье раскрываются содержание, формы и методы воспитания у младших школьников настойчивости в процессе занятий хортингом. Представлены результаты исследования воспитания настойчивости и эффективности организационных форм и методов в процессе занятий хортингом. Проведен теоретический анализ проблемы воспитания настойчивости у учащихся младшего школьного возраста и оздоровительных физических упражнений, специфических для хортинга.

**Ключевые слова:** хортинг, организационная форма, воспитание настойчивости, волевые качества, младшие школьники, педагогические условия.

**N. V. Tymchuk, E. A. Eremenko  
HORTING AS A MEANS OF EDUCATION OF PERSISTENCE IN  
PUPILS OF 1ST-2ND FORMS OF PRIMARY SCHOOL**

This article interprets the meaning of horting as an organizational form of education of persistence in primary school children. It shows the results of the study of education of persistence and effectiveness of the organizational form during the training process of horting. We carried out a theoretical analysis of education of persistence in pupils of primary school as well as the physical exercises of horting.

**Key words:** horting, organizational form, education of persistence, volitional powers, primary school pupils, educational conditions.