

збільшити кількість навчальних годин для викладання екології, розширити екологічну тематику і екскурсії у природу. Часто вчителі пропонують частіше залучати учнів до прибирання територій, що є дуже спірним з педагогічних позицій.

### Література

1. Програма дій „Порядок денний на XXI століття”(Самміт „Планета Земля”, 1992). – К. : Інтелсфера, 2000.– 359 с.
2. Российская педагогическая энциклопедия /под ред. В. В. Давыдова – М. : Большая Российская энциклопедия, 1993. – 862 с.
3. Стратегія ЄЕК ООН для освіти в інтересах сталого розвитку (прийнята на нараді високого рівня представників Міністерств охорони навколишнього середовища і освіти, Вільнюс, 17-18 березня, 2006 р. – 22 с.
4. Философский энциклопедический словарь / редкол.: С. С. Аверинцев [и др.] – 2-е изд. – М. : Сов. энциклопедия, 1989. – 815 с.

*М. В. Тимчик*

*м. Київ*

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ УЧНІВ 7-9 КЛАСІВ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНО-ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

**Анотація.** У статті висвітлено зміст, форми і методи фізичного виховання учнів 7–9 класів у процесі спортивно-ігрової діяльності.

**Ключові слова:** фізичне виховання, спортивні ігри, самостійні заняття, учні середніх класів.

Актуальність проблеми дослідження фізичного виховання учнівської молоді у процесі ігрової діяльності обумовлена орієнтацією педагогічної теорії і практики на розроблення сучасних методик, що сприяють підвищенню ефективності виховного, оздоровчого процесу в школах та позашкільних навчальних закладах. У сучасних умовах швидкість темпів суспільного прогресу, безперервне збільшення обсягу інформації щодо поліпшення фізичного виховання учнівської молоді вимагає ефективних і дійових форм організації виховної роботи. Проблема підвищення ефективності фізичного виховання й зміцнення здоров'я учнівської молоді є однією з найбільш актуальних, адже сьогодні 75–85 % дітей шкільного віку мають відхилення у стані здоров'я (хронічні захворювання, порушення функціональних систем організму, антропометричні відхилення, нервово-психічні розлади тощо).

Аналіз наукової літератури (І. М. Боберський, Л. В. Волков, Ф. К. Гаврилов, В. І. Завадський, М. Д. Зубалій, В. Ф. Новосельський, Є. А. Покровський, А. В. Цьось та ін.) засвідчують, що спортивні ігри та їхні елементи виникли ще в первісному суспільстві. Вони відображалися у формі діяльності людини: спосіб наочного демонстрування певних труднощів, ігрових дій; засіб підготовки молоді до полювання, військових походів; спосіб визначення найсильнішого, кмітливого, гнучкого, витривалого. Також, у той період спортивні ігри використовувалися під час проведення різноманітних свят і обрядів, а молодь повторювала різні елементи ігор, при цьому поступово оволодівала технікою вправ й умінням їх проведення.

Але, як зазначає М. Д. Зубалій, стародавні спортивні ігри були не просто копією трудових і військових дій. У них елементи праці й різноманітні ігрові вправи застосовувалися не як механічне відображення тих чи інших процесів та рухів, а як творче узагальнення змісту ігор. І хоча досить примітивними були спортивні ігри у первісному суспільстві, вони стали своєрідною активною творчою діяльністю людини й мали величезне значення в її формуванні та подальшому загальному розвитку. Ці ігри, на думку педагога, сприяли формуванню мислення, розвитку в людей кмітливості, винахідливості, вольових і психологічних якостей та вихованню звички до спільної діяльності щодо захисту свого племені від нападників [3, с. 70–71].

Спортивні ігри мали прикладний характер і в наступні суспільні епохи, протягом століть зберігали зв'язок з трудовою і військовою діяльністю. Як відмічає В. І. Белінський, в іграх нашого народу відображалась "... простодушність і суворість його натури, богатирська сила й широкий розмах його почуттів" [1, с. 161]. Також елементи спортивних ігор були у навчанні в січових і козацьких школах, зміст яких, як відомо, передбачав фізичний, духовний, культурний і військовий розвиток старших підлітків та юнаків.

Передовий досвід загальноосвітніх шкіл показує, що важливе значення мають такі організаційні форми, як спортивні ігри й змагання. Разом із тим аналіз форм фізичного виховання старших підлітків свідчить, що ефективність їх проведення у загальноосвітніх навчальних закладах не відповідає сучасним вимогам. У багатьох загальноосвітніх школах спортивні, фізкультурно-масові заходи організовуються на низькому методичному і виховному рівні, знизилась охоплюваність учнів навчально-тренувальною роботою в спортивних секціях і фізкультурних гуртках. Результати опитування учнів середніх класів засвідчують, що лише 10–12 % з них відвідують спортивні секції і фізкультурні гуртки.

Важливою особливістю спортивних ігор є складні колективні дії, спрямовані на досягнення результату. Більшість видів спортивних ігор – командні, й тому успіх у змаганнях залежить здебільшого від злагодженості дій усіх учасників. Ускладнює їхні взаємодії те, що під час гри немає заздалегідь обумовленої послідовності виконання ігрових прийомів і постійного ритму. У кожній ситуації дії окремих гравців команди різні, проте вони мають бути взаємообумовленими й спрямованими на розв'язання загального командного завдання. Від гравців вимагається максимум ініціативи, творчості й сміливості, щоб узгоджувати свої дії з партнерами і домагатися ігрового успіху. Також велике значення у колективній грі має взаємодопомога. Своєчасна й правильна допомога партнеру – важливий чинник для досягнення перемоги над суперником. Допомагаючи один одному як у нападі, так і в захисті, гравцям необхідно прагнути створювати постійну чисельну перевагу. Гравці мають не тільки визначити, який технічний чи тактичний прийом треба використати в певну мить, а й оцінити його з позицій правил колективної гри.

Варто зазначити, що спортивно-ігрова діяльність позитивно впливає на розвиток в учнів 7–9 класів життєво необхідних рухових якостей. Під час занять спортивними іграми в учнів середніх класів формується координація рухів,

стійкість організму до навантажень. У процесі гри з м'ячем у школярів виникають позитивні емоції, які супроводжуються життєрадістю, бадьорістю, бажанням перемогти. Завдяки своїй емоційній привабливості, ігрова діяльність сприяє не тільки фізичному розвитку, а й активному відпочинку, що заохочує підлітків займатися спортивними іграми в позаурочний час та за місцем проживання. Адже поряд із розв'язанням виховних і оздоровчих завдань, підвищенням фізичної підготовки, вдосконаленням фізичних якостей спортивні ігри створюють передумови для масового залучення школярів різного віку до систематичних занять фізичним вихованням протягом усього періоду навчання в школі.

Спортивні ігри (волейбол, футбол, баскетбол, гандбол) серед інших організаційних форм, що позитивно впливають на стан здоров'я учнів, є одними з основних. Але щоб досягти масового залучення учнів підліткового віку до занять спортивними іграми, на нашу думку, слід дотримуватися таких педагогічних умов:

- основним мотивом займатися спортивними іграми, вести здоровий спосіб життя має бути особистий приклад учителів і батьків;

- учні повинні знати сутність, зміст і значення фізичного виховання, спортивних ігор та здорового способу життя;

- слід забезпечити престижність, імідж спортивним іграм у школі, селі, районі (підтримка себе у спортивній формі – це модно; займатися спортивними іграми значить мати гарну статуру, позбавитися зайвої ваги, бути сильнішим, швидшим, витривалішим, спритнішим);

- необхідно використовувати індивідуальний і диференційований підхід з урахуванням психологічних, статевих і вікових особливостей учнів середніх класів;

- слід формувати інтерес до фізичного виховання й здорового способу життя у процесі спортивних ігор;

- учні мають усвідомити, що зміцнення здоров'я – це основна мета життя людини, шлях до якої лежить через заняття спортивними іграми та ін.

Висновки. Таким чином, вивчення теорії і практики фізичного виховання засвідчує, що застосування в загальноосвітніх школах спортивних ігор сприяє здоровому способу життя й формуванню в учнів середніх класів фізичної вихованості. Така ефективна діяльність допомагає також розвитку в них рухових умінь і навичок і таких рис, як готовність допомогти, свідома дисципліна, активність, почуття відповідальності, повага до своїх партнерів і суперників. Різноманітні рухи і дії, що виконуються в процесі проведення спортивних ігор на свіжому повітрі за сприятливих гігієнічних умов, справляють великий оздоровчий вплив, зміцнюють нервову систему, розвивають руховий апарат, поліпшують загальний обмін речовин, підвищують діяльність усіх органів і систем організму школярів. Позитивний вплив мають заняття спортивними іграми на моторне виконання рухів. Часта їх зміна й постійне варіювання інтенсивності м'язової діяльності сприяють розвитку фізичних якостей, підвищенню рухливості організму, лабільності нервової системи, розвитку зорового, вестибулярного, м'язового та інших аналізаторів.

## Література

1. Белинский В.Г. Статьи и рецензии / В.Г. Белинский. – М. : Госполитиздат, 1946. – С. 161.
2. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся: учебно-методическое пособие / Л.В. Волков. – К. : Рад. школа, 1988. – 184 с.
3. Зубалій М.Д. Форми військово-патріотичного виховання допризовної молоді / М.Д. Зубалій. – К., 2010. – 272 с.
4. Крупська Н.К. Пед. твори / Н.К. Крупська. – К. : Рад. школа, 1964. – Т. 5. – С. 87.

**І. І. Ткачук**

*м. Київ*

## ВИВЧЕННЯ ЦІННОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

**Анотація.** Розкрито окремі елементи методики визначення сформованості готовності учнів старших класів до професійного самовизначення.

**Ключові слова:** ціннісні орієнтації, професійна самореалізація особистості, учні старших класів.

Останнім часом виникли нові фактори, що суттєво впливають на ситуацію професійного вибору, такі, наприклад, як невизначеність перспектив розвитку сучасного ринку праці, світова фінансова криза, масове впровадження у виробництво наукомістких технологій. Ці нові виклики вимагають нових підходів до побудови системи професійної орієнтації, переорієнтації традиційних форм і методів її організації в старшій школі у напрямі формування рефлексивного, творчого ставлення до власної життєвої і професійної перспективи. У таких умовах важливого значення набуває робота зі смислами, цінностями, намірами, перспективами, планами старшокласника, його емоційно-вольовою та рефлексивною сферами. Цінності особистості виступають основою для формування життєвої стратегії, багато в чому визначають лінію професійного розвитку. Саме тому більшість вчених, що досліджують проблеми професійної свідомості, професійного світогляду, професійного менталітету, як важливі складові названих феноменів розглядають цінності і ціннісні орієнтації, соціальні установки, професійні мотиви.

Відповідно до цілей психології виховання, зазначає І.Д. Бех, під особистісними цінностями розуміють усвідомлені узагальнені самовартісні смислові утворення особистості. Ціннісну систему особистості можуть становити усвідомлені смислові утворення різного рівня узагальненості [2].

Кожній людині властива індивідуальна, специфічна ієрархія особистісних цінностей, які відображаються у свідомості у вигляді ціннісних орієнтацій. Як зазначає В. Л. Абушенко [1], ціннісні орієнтації задають: загальну спрямованість інтересам і прагненням особистості; ієрархію індивідуальних переваг і зразків; цільову й мотиваційну програми; рівень домагань і престижних переваг; уявлення про належне і механізми селекції за критеріями значимості; міру готовності і рішучості (через вольові компоненти) до реалізації власного “проекту” життя. Ціннісні орієнтації виявляються і розкриваються через оцінки, які людина дає собі, іншим, обставинам тощо, через її вміння структурувати життєві ситуації, приймати рішення у проблемних і виходити з конфліктних ситуацій, через обрані