Просвітницька діяльність у системі фізичного виховання школярів

Кінцева мета шкільного фізичного виховання — зробити фізичну культу­ру І спорт життєвою проблемою кожної людини Тому інтерес до занять фізичними вправами повинен бути таким, щоб зберегтись протягом усьо­го життя Для досягнення названої мети велике значення, крім Іншого, мають просвітницька діяльність, пропаганда фізичної культури в школі

Зауважимо, Ідо об'єктом просвітницької діяльності вчителя є не тільки учні, а й батьки, педагоги, від яких, врешті-решт, залежить успіх у галузі фізичного виховання Учнів потрібно постійно активізувати, про що вже йшлося Деякі вчителі вважають, що на уроках достатньо наказової форми спілкування для досягнення успіху Так, миттєвого успіху можна досягти, але чи стане це правилом, якому підпорядковуються учні Мабуть, ні1 Тим більше, що позаурочні (необов'язкові) заняття повинні ґрунтуватися на гли­бокому внутрішньому переконанні, покликанні

Просвітницька діяльність повинна бути конкретною Учитель не пови­нен агітувати за фізичну культуру взагалі У процесі просвітницької діяльності доцільно послідовно рекомендувати конкретні форми фізичного виховання залежно від потреб І завдань школи на певному етапі (наприклад, організація спортивної години) При цьому просвітницьку роботу поєднуйте з органі­заторською, яка полягає у впровадженні в практику цих форм фізичного виховання, які є предметом пропаганди спочатку в окремих класах, а потім І в усіх класах школи

Обов'язковою умовою просвітницької діяльності є й зв'язок з життям загалом І кожного колективу зокрема Так, якщо ми хочемо проілюструвати показовими виступами доступність гімнастичних вправ дітям різного віку, то І до показових виступів повинні бути залучені учні відповідного віку

Здійснюючи просвітницьку роботу, пам'ятайте, що вона може бути спеці­ально організованою або супутньою різним заходам з фізичного виховання в школі та поза нею У цьому зв'язку практично всі заходи з фізичного вихо­вання (змагання, уроки) мають просвітницьке значення, а отже, негативні приклади в проведенні заходів даватимуть негативний ефект

У практиці роботи використовують різноманітні засоби, але всіх їх мож­на розділити на три великі групи усні, друковані, наочні

Велике просвітницьке значення мають

• шкільний музей спортивної слави або відділ фізичної культури в загальношкільному музеї,

- книга пошани колективу фізкультури, в яку заносять Імена кращих спортсменів, громадських тренерів, суддів

Радимо вчителеві збирати цікаві матеріали вирізки з газет, вимпели, куб­ки, медалі, стрічки чемпіонів, дипломи, спортивний Інвентар з автографами відомих спортсменів-гостей школи, фотодокументи що віддзеркалюють фіз­культурне життя школи, які в майбутньому стануть експонатами музею

У кожній школі доцільно обладнати куток фізичної культури. Його оформ­лення залежить від загального рівня культури школи, її спортивних традицій, смаку І здібностей викладача фізичної культури Пропонуємо такий опти­мальний варіант оформлення

- "Фізична культура в житті славетних людей" (вислови на користь фізичної культури)

- "Навчальна робота" (Інформація про прикладну цінність засвоєння матеріалу шкільної програми для повсякденного життя, військової справи)

- Таблиця ходу змагань "Старти надій", спартакіад школи, району, Інформація про переможців

- "Спорт у школі" (календар спортивно-масових заходів, розклад занять секцій тощо)

- "Що? Де? Коли?" (відомості про те, що передбачається найближ­чим часом у школі, місті, районі, може бути таблиця рекордів)

- "Куточок для батьків" (поради для батьків про раціональний режим життя учнів, самоконтроль І лікарський контроль, харчування, самостійні заняття дітей вдома, досвід кращих сімей у справі фізи­чного виховання дітей удома)

Корисними в кутку фізкультури можуть бути заклики, що привертають увагу дітей, батьків, учителів Наприклад, учитель фізичної культури Г Чайка на одному зі стендів написав "Головний рекорд — здоров'я, головна перемога — над собою, головний день для досягнення успіху — сьогоднішній" [2]

Хочеться застерегти молодих учителів від перетворення кутків фізичної культури в Ілюстрації, що прикрашають стіни школи Це повинна бути хро­ніка фізкультурно-оздоровчого І спортивно-масового життя кожного колективу

Водночас, пропаганда досягнень ! успіхів деяких учнів, часта поява їхніх прізвищ І фотографій у "блискавках", стіннівках Іноді призводять до захво­рювань "зірковою хворобою" Це трапляється, якщо Інформація і пропаганда мають однобічний характер І спрямовані лише на фізичну сферу діяльності школярів У таких випадках треба вживати термінові заходи виховного впли­ву, що дозволять оздоровити морально-психологічний клімат І допоможуть "хворому" правильно оцінити власні досягнення

# Підготовка фізкультурного активу

Різноманітну роботу з фізичного виховання поза уроками можна викону­вати лише за умови широкої самодіяльності активу учнів. Тому вчитель

фізичної культури кожної школи повинен прагнути об'єднати навколо себе якомога більше учнів, і не тільки (а може, і не стільки) спортсменів, а й інших, придатних до відповідної роботи, до обслуговування змагань, до створення матеріальної бази тощо. Це можуть бути і так звані "важкі" діти, але хороші організатори, що бажають допомагати вчителеві.

Зрозуміло, що ефективність роботи активу залежить від рівня його підго­товки. Тут одного бажання мало, для роботи необхідні знання, уміння і певні навички. Останні можна набути в процесі цілеспрямованого, систематично­го і планомірного навчання.

Підготовка активу здійснюється у школі і в інших організаціях, що ке­рують фізичним вихованням учнів. Так, голова і члени ради колективу фізичної культури повинні навчатися майстерності організаторської робо­ти при районних або кущових метод об’єднаннях учителів. Взяти на себе цю функцію може і відповідний спорткомітет, ДСТ, ДЮСШ. При цьому паралельно повинен навчатись і резерв. Всі члени ради КФК залежно від сектора (комісії), котрі вони очолюють, повинні вчитись окремо, згідно з їхніми громадськими обов'язками. Окремо навчають і ті, хто вперше ви­конує покладені на них обов'язки. Навчання активу може організовуватися концентровано в часі або періодично (один раз на тиждень, місяць чи якийсь інший термін). Для проведення семінарів активістів можна використовува­ти і час шкільних канікул.

Зміст програм навчання можна розділити на загальні І спеціальні питан­ня. До загальних належать: мета і завдання фізичного виховання, принципи системи фізичного виховання. Знання цих гем обов'язкове для всіх груп активістів. Спеціальними темами, наприклад, для фізоргів є: організація зав­дань для класу, оформлення заявок, організація і підготовка команд для шкільних змагань, фізкультурні заходи в режимі навчального дня. Судді вивча­ють питання, що стосуються особливостей конкретного виду спорту і правил змагань. Громадські інструктори одержують знання, що торкаються техніки вправ і методики проведення занять, дозування навантаження, а також підго­товки окремих учнів І команд до змагань.

Для кожної групи активістів складається план підготовки.

На спеціально організованих практичних заняттях слухачі семінарів керують тренуванням, беруть участь у суддівстві змагань. Майбутніх інструк­торів необхідно знайомити з підготовкою спортивного інвентаря, веденням і складанням навчальної і залікової документації (протоколів змагань, відо­мостей, наказів тощо). На підсумкових заняттях всі учасники складають залікові іспити з теоретичного і практичного розділів навчального плану. Дуже важливо на заняттях організувати обговорення матеріалу, що вивчається, обмін досвідом, всіляко заохочувати слухачів семінару ставити питання.

Навчання і виховання фізкультурних активістів здійснюється й у процесі всієї навчальної і позаурочної роботи, на уроках, секційних заняттях, спор­тивних змаганнях, у туристичних походах. До підготовки і проведення занять доцільно залучати широке коло людей; членів педколективу, висококваліфі­кованих суддів, фізоргів. Викладання окремих тем бажано доручати слухачам. Крім лекцій, бесід, практичних занять, радимо широко практикувати прове­дення семінарів, особливо з суддями та інструкторами.

Формами навчання активу є також: інструктивні заняття, групові та інди­відуальні консультації, наради І короткочасні семінари перед проведенням конкретних заходів з фізичного виховання школярів (змагань, вечорів, свят, походів і т. ін.). Інструктивні заняття як форма навчання здійснюються дифе­ренційовано, за групами.

Учитель ніколи не повинен випускати з поля зору проінструктованих ним активістів. Він уважно спостерігає, як той або інший з них виконує свої функції. Якщо виникає потреба, педагог своєчасно дасть добру пораду, як правильно поводити себе в тій чи іншій ситуації і що зробити, щоб виконати доручене.

На консультаціях учитель дає поради, відповідає на питання, роз'яснює, як краще діяти, щоб успішно виконувати покладені на активістів обов'язки. Групові консультації використовуються, коли необхідно озброїти спеціаль­ними знаннями і практичними вміннями юних суддів з видів спорту, командирів відділень, громадських інструкторів, керівників ігор на перервах.

Залучення членів фізкультурного активу до взаємоперевірки і взаємо­контролю спонукає їх замислитись над роботою, що виконується, згадати все вивчене. Самоперевірка І взаємоперевірка сприяють самовдосконален­ню. Навчившись виявляти позитивні і негативні сторони у роботі товаришів, учень застосовує це вміння і до себе.

Найоптимальніший віковий етап підготовки активу — сьомий-восьмий класи. Якщо в цих класах учні почнуть виробляти організаторські здібності, то до десятого класу це будуть зрілі, кваліфіковані помічники вчителя.

У деяких школах фізкультурні активісти носять спеціальну форму і емблему.

Підготовка громадського фізкультурного активу, який відіграє провідну роль у залученні всіх школярів до різних форм занять фізичними вправами, сприяє розвиткові самоуправління в учнівських колективах, впровадженню фізичної культури в побут школярів.

Велика увага підготовці громадського активу приділялась спортивними організаціями Галичини на початку XX ст. Так, колишній писар повітової "СІчі" у Тернополі Григор Ничка згадує, що взимку 1911-1912 р. "Повітова Січ" влаштувала інструкторські курси для делегатів "СІчей повіту", на які "Головний Січовий Комітет" з Коломиї вислав делегата — інструктора Дми­тра Федасюка. Інструктор приїхав у "січовому однострої".

Перший курс навчання відбувся у Березовиці "в зоні Українського Народ­ного Дому при великій спільності учасників" і тривав три дні. Делегат і курсанти мешкали у місцевих "січовиків". Він навчав не тільки січових вправ, а й показував, як доцільно використовувати протипожежне приладдя. Вечорами відбувалися доповіді з історії, літератури, суспільних наук, які ви­голошували делегати "Повітової Січі".

Реферат "Про першу поміч в наглих захворіннях" виголосив Степан Істеревич з Тернополя. Закінчення курсу і роздача посвідчень його учасникам відбулись урочисто, з відповідною програмою, в присутності численних гро­мадян Березовиці і сусідніх сіл та старшини "Повітової Січі".

Другий курс навчання відбувся у Купчинцях під проводом того самого де­легата "Головного Січового Комітету" і за допомогою місцевих громадян. Такі курси добре впливали на подальшу діяльність "Січей" в повіті, бо курсанти-делегати були вже самі "пожежно підготовлені" і тепер могли вчити колег.

**Створення матеріальної бази та боротьба проти травматизму в школі**

Важливою умовою функціонування системи фізичного виховання у школі є матеріальна база. При цьому масова фізична культура потребує особливої бази. Плануючи її створення, вчитель фізкультури повинен орієнтуватись не тільки і не стільки на урок, скільки на необхідність залучити до виконання вправ одночасно всіх учнів, враховуючи їх вік і рівень підготовленості. Якщо, наприклад, для успішного проведення уроку з елементами баскетболу достат­ньо мати два баскетбольні майданчики і чотири додаткові баскетбольні кошики, то для роботи на перервах їх треба значно більше і для різних шкіл — різну кількість. Важливо забезпечити всіх учнів на уроці І в позаурочних заняттях інвентарем, дати змогу кожному займатись на своєму приладі. Тільки тоді можна дати учням необхідне навантаження, підійти диференційовано до кожного, під­тримати його інтерес протягом усіх занять. Прикладом такого підходу до матеріально-технічного забезпечення процесу фізичного виховання може бути робота вчителя СШ №102 м. Харкова Г.Чайки, який обладнав на спортивних майданчиках І в приміщенні школи більше 100 різноманітних конструкцій і тре­нажерів, на яких одночасно можуть займатися понад 500 учнів.

Створення такої матеріально-технічної бази вимагає від учителя великих зусиль, ініціативи і творчості.

У цій роботі він повинен виходити з тих підвищених вимог до фізичної освіти людей, реалізація яких неможлива без постійного вдосконалення навчально-матеріальної бази і технічних засобів навчання.

В основі створення нового обладнання, приладів, пристроїв завжди ле­жить потреба найбільш ефективно виконувати навчальну програму, надавати допомогу відстаючим, прискорювати процес засвоєння вправ, виховувати необхідні якості, тобто в основі лежить методична, а не технічна ідея. Інши­ми словами, матеріальна база — це не мета, а засіб її досягнення. При цьому кожен учитель повинен прагнути до оптимальної кількості обладнан­ня. Радимо мати тільки те, що сьогодні необхідне. Прилади, що виконали свої функції, повинні без жалю "зніматися з озброєння". Тільки за такої умо­ви обладнання сприятиме правильній організації праці вчителя. Крім стандартного обладнання, закупленого школою згідно з переліком необхід­ного інвентаря та обладнання, сьогодні в школі одержало широке поширення нестандартне обладнання: багатопропускні прилади, саморобний інвентар (гранати, м'ячі, палиці тощо), тренажери! пристрої, технічні засоби навчан­ня, зокрема прилади термінової інформації.

У процесі конструювання, створення і використання нестандартного багатопропускного обладнання слід дотримуватись ряду вимог:

• необхідність розвитку фізичних якостей і багатопрофільність використання;

• можливість фронтальної організації навчальної діяльності, швидко­го встановлення і розбирання, безпеки і доступності виконання вправ;

• формування прикладних навичок;

• підвищення емоційного насичення занять;

• можливість використання в процесі самостійної роботи учнів;

• усунення можливих причин травматизму.

Багатопропускні прилади вимагають внесення значних змін до тради­ційної методики організації занять (взаємострахування, взаємонавчання, самоконтроль, самооцінка тощо).\* У практиці часто використовують незна­чну зміну стандартного обладнання для підвищення ефективності навчання групи або окремих учнів (наприклад, при опануванні вправ на паралельних брусах піднімають один бік жердин).

Удосконалення нестандартного обладнання не має меж, і лише окремі при­лади можуть переходити в розряд стандартного, копіюватись (копіювання, яке, на жаль, спостерігається сьогодні в практиці роботи шкіл, недопустиме).

Якщо дозволяє територія при школі, можна створити "стежку здоров'я" довжиною 1,5-2 км (у формі петлі). На дистанції розміщують контрольні пункти з пристроями для розвитку фізичних якостей. Це перекладини, пара­лельні бруси, стінки, противаги. На старті встановлюють схему "стежки" з рекомендаціями і порадами для самостійних занять, лавки для одежі. Такі стежки можуть також використовувати батьки і вчителі.

У залах радимо обладнати місця для самоконтролю, де учні зможуть змі­ряти ріст, вагу, силу, життєву об'єм легень тощо.

У школах, що мають два зали, один з них обладнують для учнів молод­ших класів. Якщо школа має один зал, то для учнів молодших класів обладнують спортивну кімнату. Спортивні майданчики теж доцільно облад­нати окремо для старших і молодших школярів. Для першачків школа може закупити велосипеди, самокати, луки, дитячі шаблі та інший інвентар для ігор. На шкільних майданчиках, "стежках здоров'я", біля приладів на спе­ціально обладнаних стендах записують можливі вправи і рекомендації до їх виконання з вказівками щодо дозування (для учнів різного віку і під­готовленості).

Створюючи бази, важливо врахувати побажання дітей, пам'ятаючи при цьому, що ігрові атракціони типу гойдалок, каруселі мають велике значення для спеціальної рухової підготовки школярів і з задоволенням ними викорис­товуються у вільний час.

Якщо створенню бази не передувала розробка методики її використання, якщо вона не була викликана потребою практики, то до неї швидко втрача­ють інтерес не тільки діти, а й учителі, І тоді базу чекає доля тих, що давно перетворились на руїни в багатьох шкільних подвір'ях.

Добре, якщо вчитель, створюючи базу, передбачить "природні умови" для подолання різноманітних перешкод.

Значно підвищити ефективність фізичного виховання учнів можна шля­хом продуманого фарбування приладів, залів і підсобних приміщень, про що треба радитись із фахівцями.

За найменшої змоги у школі бажано створити тренажерні зали для сило­вої підготовки та занять груп атлетичної гімнастики.

Для організації інформаційної і методичної роботи, надання допомоги фізкультурному активу, батькам, учителям молодших класів, класним керів­никам, вихователям груп подовженого дня при шкільних залах створюються методичні кабінети (там зібрані література, рекомендації, поради, плани і календарі, навчально-методичні посібники, журнали, фотоальбоми з описом досвіду роботи, навчальні карточки). У кабінеті ведеться каталог методичної літератури, журнальних і газетних статей, діафільмів і діапозитивів з питань методики фізичного виховання, включаючи методику використання ТЗН, нестандартного обладнання та інвентаря. Для обслуговування кабінету (2 год. щоденно, крім суботи) залучають п'ять учнів, кожен з яких чергує один раз на тиждень.

У школах України нагромаджено великий досвід залучення учнів до ство­рення й оформлення бази, ремонту і виготовлення інвентаря, що можна розглядати як запоруку дбайливого ставлення до нього.

За відсутності в залі і на майданчиках захисних пристосувань, переванта­женості приміщень посилюється ймовірність травматизму. Однією зі складових успішних занять є заходи, спрямовані на усунення можливих при­чин травматизму.