

Міністерство освіти і науки України
Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»

Остополець І.Ю., Лисенко Л.Л.

ПСИХОЛОГІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК
(ДЛЯ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ)

Слов'янськ – 2015

УДК 159.9:796(072)

ББК 88.4я73

О-767

Остополець І.Ю., Лисенко Л.Л.

Психологія фізичного виховання: навчальний посібник з курсу / І.Ю.Остополець, Л.Л. Лисенко. – Слов'янськ: ДДПУ. – 2015. – 102 с.

У посібнику розкривається сутність, мета, завдання психології фізичного виховання як галузі психологічної науки. Розглядаються різноманітні аспекти професійної діяльності вчителя фізичної культури та особливості розвитку пізнавальних процесів, психічних станів, формування особистісних і емоційно-вольових характеристик школярів на уроках фізичної культури та в позакласній фізкультурно-оздоровчій роботі.

Відповідальний за випуск:

завідувач кафедри загальної психології, кандидат психологічних наук, доцент Шайда Н.П.

Рецензенти:

Ректор ВДНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», завідувач кафедри теоретичних і методичних основ фізичного виховання і реабілітації, доктор педагогічних наук, професор Омельченко С.О.

Ректор Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка, доктор педагогічних наук, професор, чл.-кор. НАПН України Носко М.О.

Рекомендовано вченою радою ВДНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» (протокол № від 2015р.) до друку

ВСТУП

Навчальний посібник призначений для студентів вищих навчальних закладів, напряму підготовки 6.010201 «Фізичне виховання», які вивчають курс психології фізичного виховання. В ньому розкривається сутність, мета, завдання, зміст навчальної дисципліни „Психологія фізичного виховання“, яка посідає ключове місце в навчальному процесі підготовки фахівців у цій галузі і покликана озброїти студентів спеціальними знаннями психологічних аспектів навчання і виховання школярів на уроках фізкультури та під час проведення роботи у позакласний час.

В посібнику розглядаються проблеми науково обґрунтованого управління спілкуванням та вихованням школярів, що неможливе без знань механізмів та закономірностей прояву психіки в умовах навчально-виховної та спортивно-тренувальної діяльності.

Значна увага приділяється характеристиці специфіки професійної діяльності вчителя фізичної культури та спеціальній психологічній підготовці студентів у відповідності із психолого-педагогічною спрямованістю на майбутню професію.

В посібнику представлені контрольні запитання та завдання для самоконтролю, підсумкова тека, яка включає тести до кожного змістового модуля навчальної дисципліни, термінологічний словник та список літератури.

Змістовий модуль 1. Психологія фізичної культури та спортивної діяльності: становлення, сучасний стан.

Тема 1. Загальнонаукова характеристика психології фізичної культури та спортивної діяльності.

Мета вивчення полягає в передачі психологічних-педагогічних знань та ознайомлення з основними проблемами та завданнями психології фізичної культури і спортивної діяльності, предметом, об'єктом та методами дослідження. Формування орієнтованої основи для наступного засвоєння студентами навчального матеріалу по досліджуваній дисципліні.

Навчальний час: 2 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Визначення предмету психології фізичної культури та спортивної діяльності. Психологія спорту в системі наук.
2. Педагогічна спрямованість психології фізичного виховання.
3. Загальна методика проведення психологічного дослідження. Основні етапи і методи психологічних досліджень в психології фізичного виховання та спорту.

Література: 1,2,4, 13, 15, 19, 34

Ключові поняття: психологія спорту, психологія фізичного виховання, предмет психології спорту, метод, бесіда, анкетування, спостереження, експеримент, тестування.

Основний зміст

1. Визначення предмету психології фізичної культури та спортивної діяльності. Психологія спорту в системі наук.

На думку Е.М. Гогунова і Б.І. Мартянова, «психологія фізичного виховання і спорту – це та область психологічної науки, що вивчає закономірності прояву, розвитку і формування психіки людини в специфічних умовах фізичного виховання». Зазначені закономірності є *об'єктом* дослідження даної науки. *Основне завдання* психології фізичного виховання – допомогти раціональному вирішенню практичних питань

загальнооздоровчого, освітнього і виховного характеру на основі аналізу психологічних сторін діяльності у фізичному вихованні.

Психологія спорту досліджує закономірності психічної діяльності окремих людей та колективів в мовах тренувальній та змагальній діяльності. Важливими *розділами* в психології спорту є: психологія навчання і виховання, психологія фізичної, технічної і тактичної підготовки спортсменів, психологія особистості спортсмена, психологія спортивного колективу, спортивна психодіагностика, психолого-педагогічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань. Особливе значення для спортивної практики є вивчення психічної діяльності спортсменів в окремих видах спорту: футболі, плаванні, легкій атлетичі, шахах і інших видах спорту.

Зміст психології спорту детермінований двома науками: психологічною і спортивною. Курс базується на знаннях основних положень загальної психології (теорії розвитку особистості, формування уваги, мислення, пам'яті і т. інше) та загальної теорії підготовки спортсменів в олімпійському спорті (основних положень фізичної, технічної, тактичної підготовки, закономірностях підготовки спортсменів до змагань). Психологія спорту має тісний зв'язок з педагогікою (визначає психологічні особливості суб'єктів навчального і виховного процесу), психогігієною, психотерапією, теорією дитячого та юнацького спорту.

Метою психології спорту є вивчення психологічних закономірностей формування у окремих спортсменів і команд спортивної майстерності і розвиток здібностей, необхідних для успішної участі у спортивних змаганнях, а також розробка психологічно доцільних методів тренування спортсменів. Дана мета передбачає вирішення наступних завдань:

- вивчення впливу діяльності на психіку спортсменів;
- розробка психологічних умов підвищення ефективності спортивного тренування;
- розробка психологічних основ предзмагальної підготовки спортсменів;

- розробка психологічних умов гуманізації спортивної діяльності;
- вивчення соціально-педагогічних явищ у спортивному колективі;
- вивчення психологічних аспектів теоретичної підготовки та морального виховання спортсменів.

Отже, психологія спорту – це наука про людину в сфері спорту. Вона взаємопов'язана з іншими науками про людину.

Можна визначити місце психології й у системі спортивних наук: філософські основи спорту – загальнотеоретична підстава для психології спорту, соціальні основи дають йому соціальну орієнтацію, а природничі – виявляють «природну» організацію суб'єкта спортивної діяльності, створюючи матеріальну основу психології спорту.

У свою чергу, усі ці основи спортивної наукової бази мають зворотний зв'язок із психологією спорту: філософські основи черпають відповідний матеріал (психологічні дані про суб'єкта спортивної діяльності) для філософського узагальнення; соціальні – використовують дані психологічних досліджень при вирішенні соціальних проблем спорту; а природничі, з огляду на психологічні закономірності й особливості спортивної діяльності людини, виділяють більш значимі сторони людського організму в сфері спорту.

2. Педагогічна спрямованість психології фізичного виховання.

Фізичне виховання являє собою освітньо-виховний процес і характеризується принципами, які властиві педагогічному процесу.

У фізичному вихованні чітко визначена роль педагога-фахівця (вчителя фізичної культури), місце і функції осіб, що виховуються (учнів), їхня спільна діяльність, яка спрямована на реалізацію завдань освітнього і виховного характеру.

Система занять у фізичному вихованні практично відповідає дидактичним принципам і нормам організації педагогічного процесу, однак має свої специфічні *особливості*. По-перше, це безупинний багаторічний процес, що поширюється на всі періоди життя кожної людини, починається

відразу після народження. По-друге, це процес, зміст і форми якого завжди знаходяться в залежності від особливостей, закономірностей, властивих віковий періодизації розвитку людини.

Фізичне виховання відрізняється тим, що формування рухових умінь і навичок, виховання фізичних якостей і психічних властивостей здійснюється в повній відповідності з закономірностями періодизації онтогенезу (див. табл. 1).

Розгортаючись за природними законами, процес фізичного розвитку знаходиться у певній залежності від конкретних умов життя і діяльності людини. У цьому випадку фізичне виховання відіграє особливу роль. Знаючи і вміло використовуючи об'єктивні закономірності вікової періодизації, можна створювати і певні умови, що дозволяють забезпечити оптимізацію розвитку життєво важливих фізичних якостей, рухових здібностей і умінь, кращих для формування особистості окремої людини і суспільства в цілому.

Основним фактором практичної реалізації фізичного виховання є активна рухова діяльність, що забезпечує формування раціональних способів виконання рухових дій і інших педагогічних задач.

З огляду на те, що психологія – наука про закономірності розвитку і функціонування психіки як особливої форми життєдіяльності, можна зробити висновок, що *основне призначення психології фізичного виховання* – це оптимізація освітньо-виховного процесу, який здійснюється в типових формах фізичної культури, використовуючи закономірності й особливості психічного розвитку людини для формування її особистості як соціальної істоти.

Таким чином, психологія фізичного виховання обумовлена педагогічною спрямованістю, а її зміст складає коло питань, пов'язаних з розглядом психологічних особливостей як учителя фізичної культури, так і учнів, а також організації педагогічного процесу.

Таблиця 1.

Схема співвідношення вікових періодів індивідуального фізичного розвитку (в онтогенезі) і домінуючих форм (видів і різновидів) багаторічного процесу фізичного виховання

Домінуючі форми фізичного виховання	Вікові періоди розвитку
Базове фізичне виховання (БФВ)	Внутрішньоутробний період – до 9 міс. Грудний період – до 1 року Дитячі періоди (ранній, перший, другий) – до 11 (дів.) і 12 (хлоп.) років
БФВ, спорт. тренування (СТ), проф. прикладна фізична підготовка (ППФП)	Підлітковий період – до 15 (16) років Юнацький період – до 20 (21) років
Загальна фізична підготовка (ЗФП), СТ, ППФП, фізкультурно-корекційне тренування (ФКТ), ЗФП	Періоди зрілого віку: перший – до 35 років, другий – до 55 (ж) і 60 (ч) років
ФКТ, фізкультурні заняття оздоровчо-реабілітаційної спрямованості	Період літнього віку – до 74 років Періоди старечого віку (до 90 років)

3. Загальна методика проведення психологічного дослідження.

Науку як спосіб пізнання світу визначають два його компоненти: *предмет* – це чітко визначений зміст та *метод* – це засіб осягнення сутності предмету пізнання. *Науковий метод* – це синтез методології, методики та власних прийомів дослідження. *Методологія* – це вчення про загальні точки зору, якими повинен користуватися дослідник під час вивчення психічної природи людини.

Загальна методика проведення психологічного дослідження в спорті передбачає реалізацію *п'яти етапів*.

Перший етап дослідження – вибір предмета дослідження. При виборі теми дослідження враховується актуальність, наукова новизна, теоретична і практична значимість. Визначається мета і завдання дослідження.

Другий етап – теоретичне дослідження. Він передбачає знайомство з літературними джерелами відповідно до обраної теми. Бібліографічний пошук може бути хронологічним, зворотно хронологічним, порівняльно-

хронологічним. Для молодого дослідника найбільш доцільним є хронологічний бібліографічний пошук. Робота з науковими літературними джерелами має свою специфіку. Результатом може бути конспектування, складання анотації, плану, тез.

На цьому етапі формулюється робоча гіпотеза дослідження. Вона дозволяє знайти вихід з теорії в практику, не заплутатися у великій кількості фактів, визначити нові ідеї. Джерелом гіпотези є: узагальнення передового педагогічного досвіду, аналіз уже існуючих наукових фактів, подальший розвиток наукових теорій. Достовірність гіпотези підтверджується, якщо:

- гіпотеза може бути перевіреною;
- гіпотеза має відношення до широкого кола явищ;
- гіпотеза не суперечить раніше вивченим фактам;
- гіпотеза є простою;
- гіпотеза має характер ймовірності.

Результатом другого етапу є складання плану дослідження.

Третій етап – емпіричне дослідження. На цьому етапі відбувається вибір методів дослідження, підбір досліджуваних і власне проведення дослідження. Методи підбираються валідні (відповідають меті досліджень) та надійні. Дослідник повинен оволодіти прийомами роботи з ними. В залежності від мети дослідження відбувається підбір досліджуваних, вибірка. При цьому враховується вік, стать, спортивна майстерність, тощо. Вибірка досліджуваних повинна бути достатньою за кількістю. Якщо вимагають умови експерименту, то підбирається контрольна і експериментальна групи.

Після виконання денних процедур проводиться власне експериментальне дослідження. Тривалість дослідження визначається особливістю розвитку досліджуваних ознак.

Четвертий етап – аналіз та інтерпретація результатів дослідження. Як правило, результати досліджень аналізуються за допомогою методів математичної статистики. Особливо поширеними методами є кореляційний аналіз, регресійний та факторний аналізи. Результати дослідження зводяться

в таблиці та зображуються на малюнках. Власні результати порівнюються з результатами інших досліджень. Визначаються певні тенденції та закономірності. Аргументуються висновки дослідження.

П'ятий етап – презентування результатів дослідження. Завершальний етап наукового дослідження передбачає представлення та захист положень наукової роботи. Захищатись можуть положення дипломної, магістерської роботи чи дисертації. Готується доповідь, наочний матеріал, робиться публічний виступ.

В наукових дослідженнях з психології спорту часто використовуються методи спостереження, анкетування і тестування. Коротко про ці методи.

В дослідницькій практиці розрізняють декілька видів **спостережень**. За характером контакту розрізняють *безпосередні* (коли спостерігач і об'єкт знаходяться у безпосередньому контакті і взаємодії) і *опосередковані* (коли дослідник знайомиться з суб'єктами через документи або відеозапис) спостереження. За умовами спостереження може бути *польовим* (відбувається в умовах навчання або спортивного тренування), чи *лабораторним* (суб'єкти знаходяться в спеціально створених умовах). За характером взаємодії з об'єктом розрізняють *включене* (дослідник стає членом досліджуваної групи) і *невключене* (зі сторони) спостереження. Розрізняють *відкрите* (коли дослідник розкриває досліджуваному свою мету) і *закрите* (інкогніто) спостереження. Вірно виконане психологічне спостереження має цінну інформацію в дослідженнях.

Анкетування – метод соціально-психологічного дослідження за допомогою анкет. Залежно від характеру необхідної інформації та способів її отримання використовують різні види анкетного опитування: *суцільне* (охоплюється значна популяційна вибірка) та *вибіркове* (досліджується конкретна група спортсменів), *усне* (по типу інтерв'ю) та *письмове* (робота з бланковими анкетами), *індивідуальне* та *групове*, *очне* (за умови безпосередньої взаємодії) і *заочне* (поштою, Інтернетом)

Тестування – один з найбільш розповсюджених методів, який використовується в спортивній психології. За допомогою тестів можуть визначатися різні психологічні властивості, психофізіологічні ознаки та психомоторика спортсменів. Методично правильне використання тестів дає інформативні результати в дослідженнях.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Що є об'єктом і предметом вивчення психології фізичної культури?
2. В чому полягає педагогічна спрямованість психології фізичного виховання?
3. Назвіть основні напрямки досліджень в області психології фізичної культури.
4. Розкрийте зв'язок психології фізичної культури і спорту з науками про людину.
5. Що таке метод? Чим відрізняється метод дослідження від методу навчання?
6. Які методи є основними в психології фізичного виховання і спорту?
7. Чим відрізняється констатувальний експеримент від формуючого?
8. Чим відрізняється природний експеримент від методу спостереження?
9. Назвіть основні етапи формуючого експерименту.
10. Чому треба вчитися при оволодінні методом спостереження?

Питання для самостійної роботи:

1. Предмет психології фізичного виховання.
2. Педагогічна спрямованість психології фізичного виховання.
3. Значення психології фізичного виховання, її місце в системі психологічних та інших наук, об'єктом вивчення яких є людина.
4. Зв'язок психології фізичного виховання з іншими науками.
5. Основні завдання і методи досліджень у психології фізичного виховання.
6. Правила психолого-педагогічного вивчення особистості школяра учителем фізичної культури.

Тема 2. Психологічна характеристика діяльності вчителя фізичної культури.

Мета вивчення полягає в передачі психолого-педагогічних знань та ознайомлення з основними особливостями професійної діяльності вчителя фізкультури, умовами і факторами її реалізації, завданнями та функціями, які повинен вирішувати вчитель в навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи. Формування орієнтованої основи для наступного засвоєння студентами навчального матеріалу щодо специфіки роботи вчителя фізкультури в загальноосвітній школі.

Навчальний час: 2 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Діяльність учителя фізичної культури та її етапи.
2. Завдання та функції вчителя фізичної культури.
3. Форми діяльності вчителя фізичної культури.
4. Умови діяльності вчителя фізкультури. Педагогічні задачі та їх вирішення.

Література: 13, 16, 21, 24, 31

Ключові поняття: активність, діяльність, етапи діяльності, цілі, завдання і функції учителя фізичної культури, педагогічна ситуація.

Основний зміст

1. Діяльність учителя фізичної культури та її етапи.

Діяльність – це регульована свідомістю психологічна і рухова активність людини, викликана соціально значимими мотивами. Не всяка активність людини може бути названа діяльністю. Праця, навчання, заняття спортом, суспільна робота відносяться до різних видів діяльності.

Незалежно від виду діяльності її компонентний склад, як правило, однаковий. Крім мотиваційного, виділяють перцептивний компонент, пов'язаний з відчуттями і сприйняттями (наприклад, спостереження за учнями); мнемічний, пов'язаний із запам'ятовуванням і відтворенням інформації; розумовий, пов'язаний із вирішенням виникаючих по ходу

діяльності завдань; імажинітивний, пов'язаний з уявою, із придумуванням нових вправ; руховий, пов'язаний, наприклад, з показом фізичних вправ.

Діяльність здійснюється в декілька етапів: підготовка, виконання плану й оцінка досягнутого.

Підготовчий етап полягає в постановці мети і завдань, у створенні орієнтованої основи діяльності (з'ясування умов, у яких буде здійснюватися діяльність: ситуація, засоби досягнення мети), у розробці плану досягнення мети і виборі способів її досягнення, створення умов для успішного здійснення діяльності, психологічне настроювання учителя фізичної культури на урок. Великий обсяг роботи, виконуваної на цьому етапі, є однією з особливостей діяльності учителя фізичної культури.

Виконавчий етап зв'язаний із практичною реалізацією наміченого; контролем за діями учнів, за своєю поведінкою; з подоланням труднощів, що виникають по ходу уроку; з коректуванням плану уроку в зв'язку зі змінами ситуації. Цей етап характеризується психічною напруженістю вчителя, зумовленою постійним розподілом і переключенням уваги.

Оцінково-коректувальний етап пов'язаний з оцінкою досягнутого, з виявленням причин невдач на уроці і внесенням корекції в план діяльності при її повторному виконанні. На цьому етапі вчитель повинен ретельно проаналізувати проведений урок, узагальнити окремі розрізнені факти тощо.

2. Завдання та функції вчителя фізичної культури.

Мета фізичного виховання – сприяти формуванню гармонічно розвинутої особистості, у якій здоровий дух сполучається зі здоровим тілом. Ця мета досягається в процесі навчання і виховання учнів і конкретизується у загальних завданнях: освітніх, виховних і оздоровчих.

Досвідчені вчителі основною метою фізичного виховання в школі вважають виховання здорового, фізично розвинутого покоління.

Педагогічна діяльність, як вважає Н.В. Кузьміна, являє собою процес рішення педагогічних завдань. Учитель має справу з постійно мінливою ситуацією навчання і виховання, що визначається уважністю учнів, їх

відношенням до навчального матеріалу, взаєминами між вчителем і учнями, у також між самими школярами і т.д.

Рішення педагогічного завдання проходить через *ряд етапів*: 1) аналіз педагогічної ситуації, 2) висування гіпотез про можливі способи досягнення мети, 3) прогностична оцінка цих способів і вибір кращого, 4) реалізація прийнятого рішення, 5) аналіз досягнутого результату і зіставлення його з тим, що планувався.

Педагогічна ситуація – це реальна в даний момент обстановка навчально-виховної діяльності вчителя. Його діяльність часто регламентується певним часом. Вчитель має справу з групами учнів і повинен оцінити як групову, так і індивідуальну реакцію учнів на ситуацію.

Педагогічна ситуація містить у собі рівень підготовленості учнів даного класу, їх відношення до фізичної культури взагалі і до уроку фізичної культури зокрема, взаємини між вчителем і класом та іншими суб'єктами професійної взаємодії, матеріальне забезпечення уроку, погодні умови (під час занять на повітрі) і інші моменти.

Проаналізувавши ці дані, учитель висуває ряд гіпотез про можливі способи вирішення педагогічного завдання в сформованій ситуації. Далі починається прогностична оцінка висунутих способів досягнення мети з обліком сильних і слабких місць. Розробляється конкретний план рішення даного педагогічного завдання.

Подальша управлінська діяльність учителя спрямована на практичне втілення в життя створеного ним плану. Після реалізації програми вчитель обов'язково повинен провести аналіз досягнутого результату, виявити причини невдачі, якщо вона мала місце. Вирішуючи педагогічні завдання, учитель накопичує досвід, що обумовлює його педагогічну майстерність.

Рішення завдань, що стоять перед вчителем фізичної культури, обумовлює різноманіття виконуваних ним функцій: проектувальних, управлінсько-організаційних, прогностичних, освітньо-просвітницьких,

виховних, адміністративно-господарських та ін., які визначають різні сторони педагогічної діяльності.

Проектувальні функції зводяться до поточного планування заходів щодо фізичного виховання учнів, навчальних навантажень, досягнень школярами певних результатів. При цьому вчитель повинен контролювати темпи розвитку школярів та з урахуванням одержуваних результатів вносити поправки у свої плани.

Управлінсько-організаційні функції учителя фізичної культури проявляються в практичній організації уроку і занять спортивних секцій, в організації шкільних спортивних змагань, у створенні фізкультурного активу школи і керуванні ним і т.д.

Прогностична функція вчителя фізичної культури полягає у виявленні в учнів спортивних здібностей і схильностей, у допомозі учням з вибором професії, з обліком останніх, визначенням життєвого шляху тощо.

Освітньо-просвітницькі функції полягають у передачі учням знань і умінь, пов'язаних з виконанням фізичних вправ, роллю фізичних і психічних якостей у трудовій діяльності, службі в армії, що розвиваються з їхньою допомогою, а також у поясненні значення здорового способу життя для гарного самопочуття і високої працездатності.

Виховні функції вчителя складаються у формуванні морально вихованої особистості школяра, відданого своєму колективу, патріота країни.

Адміністративно-господарські функції учителя фізичної культури дуже різноманітні і спрямовані на матеріальне забезпечення процесу фізичного виховання на уроках і в позакласній роботі. Це й придбання і ремонт спортивного устаткування, створення і благоустрій пришкільних спортивних площадок, забезпечення туристичних походів і багато чого іншого.

3. *Форми діяльності вчителя фізичної культури.*

Урок фізичної культури є основною і обов'язковою формою фізичного виховання в школі, який відрізняється від інших форм характерними рисами:

- яскраво виражена дидактична спрямованість, зумовлена вирішенням освітніх завдань;
- керівна роль вчителя, що передбачає викладання предмету і виховання учнів;
- чітка регламентація діяльності учнів і навантаження згідно з їхніми індивідуальними можливостями;
- постійний склад учнів та їх вікова однорідність;
- зумовленість занять розкладом.

При проведенні уроку фізичної культури необхідно дотримуватись наступних вимог:

1. Вчитель повинен забезпечити високий виховний рівень кожного уроку через зв'язок предмету з життям своїх учнів (сьогодні і в майбутньому).
2. Кожен урок повинен бути тісно пов'язаний з попередніми і наступними, утворюючи систему уроків.
3. Сучасний урок відрізняється організацією самостійної навчальної діяльності учнів.
4. Показовим для сучасного уроку є різноманітність діяльності учнів, засобів, методів і прийомів, що використовуються вчителем.
5. Обов'язковою умовою ефективності є досягнення оптимальної рухової активності всіх учнів протягом усього уроку.
6. На кожному уроці слід забезпечити функціонування системи контролю знань, умінь і навичок учнів.
7. Важливе значення мають умови проведення уроків (навчально-матеріальні, гігієнічні, естетичні і морально-психологічні).

Всі уроки фізичної культури в школі можна класифікувати за їх спрямованістю і можливістю рішення педагогічних завдань на: навчальні, тренувальні, комплексні, контрольні.

Навчальні уроки переважно спрямовані на засвоєння техніки виконання вправ, виявлення помилок під час виконання вправ та їх усунення. Широко

використовуються прийоми страхування, самострахування, взаємонавчання, активізація учнів, повідомлення теоретичних відомостей.

Тренувальні уроки проводяться з метою удосконалення вивченого матеріалу і розвитку фізичних якостей. Широко використовуються змагальний і ігровий методи.

Комплексні уроки передбачають матеріал з різних розділів програми. Обов'язковим є визначення стержневого матеріалу на певну серію уроків.

Контрольні уроки вирішують завдання контролю за ходом засвоєння вправ, виховання фізичних якостей, вони мають великий навчальний і тренувальний ефект.

В практиці роботи школи чисто навчальні, контрольні або тренувальні уроки зустрічаються досить рідко. В кожному занятті присутні елементи навчання, контролю і тренування.

Хоча урок фізичної культури і є основною формою фізичного виховання і навчання школярів, однак, доцільно з учнями шкільного віку проводити свята, дні здоров'я, спортивні розваги, походи та інші форми роботи.

4. Умови діяльності учителя фізичної культури. Педагогічні задачі та їх вирішення.

Діяльність учителя фізичної культури протікає в специфічних у порівнянні з діяльністю інших вчителів умовах. Можна виділити три групи цих умов: 1) психічна напруженість, 2) фізичне навантаження і 3) зовнішньосередові фактори, пов'язані з проведенням занять на повітрі.

За класифікацією, прийнятою в психології праці, роботу вчителя фізичної культури можна віднести до четвертої групи психічної напруженості по основних характеристиках діяльності.

Додатковими факторами психічної напруги вчителя є також необхідність переключення з однієї вікової групи на іншу (зміна ролей, які вчитель як актор грає в різних класах, з огляду на психологію дітей різного віку), велике навантаження на мовний апарат і голосові зв'язки (команди

повинні подаватися чітко, голосно – «командним голосом», часто на тлі шуму, створюваного учнями при виконанні вправ).

Особливістю умов діяльності вчителя фізичної культури є необхідність показувати фізичні вправи і страхувати учнів при виконанні ними фізичних вправ, а також пересуватися разом з учнями на заняттях на повітрі, у походах і т.д. Це створює велике фізичне навантаження для вчителя фізичної культури.

Втрата з віком фізичних кондицій змушує вчителя при показі вправи зайво напружуватися, в результаті чого страждає естетична сторона вправи, зникають легкість і невимушеність її виконання. Учитель постійно повинний підтримувати свою фізичну підготовленість, що знову таки приводить до збільшення фізичного навантаження.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Яка активність людини називається діяльністю?
2. Які існують етапи діяльності вчителя?
3. В чому полягає специфіка діяльності учителя фізичної культури?
4. Що таке педагогічне завдання? Через які етапи здійснюється його рішення учителем фізичної культури? Що потрібно для успішного його вирішення?
5. Які функції виконує учитель фізичної культури?
6. Назвіть основні форми діяльності вчителя фізичної культури.
7. У чому складається специфіка умов діяльності учителя фізичної культури?

Питання для самостійної роботи:

1. Специфіка діяльності учителя фізичної культури.
2. Етапи професійної діяльності вчителя.
3. Функції вчителя фізичної культури.
4. Форми діяльності вчителя фізичної культури.
5. Умови діяльності вчителя фізкультури.
6. Педагогічні задачі та їх вирішення.

Тема 3. Психологічні основи професійної майстерності вчителя фізичної культури.

Мета полягає в ознайомленні студентів з основними компонентами професійної майстерності вчителя, поняттями «авторитету» та «стилю педагогічної діяльності». Формування уявлень про педагогічний такт і професійно важливі якості вчителя.

Навчальний час: 2 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Компоненти професійної майстерності.
2. Авторитет учителя фізичної культури та його складові.
3. Психологічні основи педагогічного такту.
4. Стили діяльності та керівництва вчителів фізичної культури.

Література: 2, 16, 21, 24, 26, 34, 36.

Ключові поняття: майстерність учителя фізичної культури, авторитет, педагогічна спрямованість, урок, педагогічний такт, стиль керівництва, стиль спілкування.

Основний зміст

1. Компоненти професійної майстерності.

Майстерність учителя фізичної культури базується на чотирьох компонентах: 1) педагогічної спрямованості, 2) знаннях, 3) уміннях, 4) професійно важливих якостях, а також на інтегральній характеристиці цих компонентів – авторитеті.

Педагогічна спрямованість – це стійке прагнення людини займатися педагогічною діяльністю. Структура педагогічної спрямованості учителя фізичної культури формується на базі двох мотиваційних утворень – так званої «любові до дітей» і інтересу до фізичної культури.

Спрямованість учителя фізичної культури на свою роботу виражається в захопленості нею. Вона стає змістом його життя. Це приводить до двох наслідків: 1) любов до своєї справи змушує вчителя постійно удосконалювати свою майстерність, цікавитися роботою своїх колег,

надавати їм допомогу, самому вибирати корисне для своєї роботи, тобто бути активним творчим працівником; 2) учні, якщо відчують, що заняття з ними є для вчителя не важким обов'язком, а задоволенням, відповідають йому взаємністю.

Для вчителя-майстра незадоволеність (проведеним уроком, досягнутими результатами...) служить стимулом для постійного удосконалювання, у той час як для вчителя, що не володіє майстерністю, що не має яскраво вираженої педагогічної спрямованості, незадоволеність подробицями є джерелом розчарування в професії вчителя.

Знання є одним з факторів, що визначають можливості вчителя в його педагогічній діяльності. Ерудиція вчителя фізичної культури складається із загальних і спеціальних знань. Загальні знання (суспільно-політичні, з літератури, мистецтва, історії та ін.) характеризують світогляд і загальну культуру вчителя. Спеціальні знання, необхідні для здійснення учителем фізичної культури своєї фізкультурно-педагогічної діяльності, можна розділити на психолого-педагогічні, медико-біологічні і фізкультурні.

Опитування досвідчених учителів фізичної культури показало, що найбільш значимими для їхньої професійної діяльності поряд з теорією і методикою фізичного виховання є психологія і фізіологія. Слабка ж ерудованість у суспільствознавчих, мистецтвознавчих і других питаннях може привести до втрати вчителем авторитету.

Знання повинні здобуватися не тільки з книг і журналів, з лекцій і бесід з іншими вчителями. Надзвичайно важливі знання, що здобуваються учителем фізичної культури в процесі вивчення своїх учнів: їх характеру, здібностей, схильностей, рівня фізичного розвитку. Важливі і знання, які вчитель фізичної культури здобуває в процесі своєї фізкультурно-педагогічної діяльності, при аналізі своєї роботи, при узагальненні одержуваних даних. Це додає всієї діяльності учителя творчий характер.

Варто підкреслити таку особливість знань учителя фізичної культури, як оперативність (перегляд по телебаченню міжнародних змагань, знання нової

техніки, нового спортивного спорядження, перегляд періодичних спортивних видань і т.п.).

Спеціальні знання, якими володіє учитель фізичної культури, можна розділити на теоретичні, практичні і методичні.

Теоретичні знання стосуються історії фізичної культури, закономірностей роботи організму людини, біомеханічних закономірностей рухових дій, принципів виховання і навчання та ін.

Практичні знання учителя фізичної культури стосуються насамперед знань, як потрібно зробити ту чи іншу вправу. Це основні знання, що здобуваються студентами факультету фізвиховання на практичних заняттях по спортивній спеціалізації.

Методичні знання також дають можливість відповісти на запитання, як потрібно зробити, але стосуються вони вже не власного виконання вправи, а виконання його учнями. Це знання того, як навчити іншого.

Навчання інших – це спеціальний розділ педагогіки фізичного виховання, методики фізичного виховання, який потрібно опановувати ретельно і терпляче, оскільки досвід власної спортивної діяльності не у всіх і не відразу трансформується в досвід навчання інших.

Уміння – це практичне володіння способами виконання окремих дій чи діяльністю в цілому відповідно до правил і мети діяльності. Уміння вчителя фізичної культури поділяються на конструктивні, організаторські, комунікативні (включаючи дидактичні й ораторські), гностичні (включаючи перцептивні) рухові (включаючи прикладні).

Конструктивні уміння допомагають учителю конструювати, планувати діяльність. До них відносяться уміння відбирати і будувати композиційно навчальний матеріал (наприклад, скласти комплекс вправ для розвитку в учнів реагування, швидкості, чи уважності); уміння здійснювати перспективне і поточне планування; придбання і ремонт спортивного інвентарю й устаткування; уміння коректувати плани.

Організаторські уміння пов'язані з реалізацією вчителем намічених планів. Наприклад, учитель може скласти гарний конспект уроку, а сам урок провести погано, тому що не зумів організувати роботу в класі. Учитель повинний уміти організовувати як свою діяльність, так і діяльність учнів. У різних учителів це виходить неоднаково.

Комунікативні уміння зв'язані зі спілкування вчителя з учнями, колегами по роботі, з батьками, шефами. Їх можна розділити на три групи: власне комунікативні уміння, дидактичні уміння й ораторські уміння.

Власне комунікативні уміння виражаються в умінні вчителя вступати в контакт із людьми, будувати ділові й індивідуально-емоційні стосунки. Від цих умінь багато в чому залежать організаторські можливості вчителя, зокрема, у встановленні в класі чи в спортивній секції нормального психологічного клімату. У згуртуванні класу, у залученні школярів до занять фізичною культурою в спортивних секціях.

Дидактичні уміння зв'язані з умінням учителя ясно і дохідливо доносити до свідомості учнів навчальний матеріал. Часто зустрічаються наступні труднощі: учитель не знає, що розповісти учням про фізичну вправу; учитель знає, що потрібно розповісти про фізичну вправу, але не вміє це передати; вчитель затрудняється пояснити учню, як потрібно виправити помилку.

До дидактичних умінь відносяться уміння керувати увагою класу; уміння прогнозувати наслідки своїх педагогічних впливів на учнів, здібності учнів і потенціал їх розвитку; уміння спонукати інтерес до свого предмета.

Ораторські уміння необхідні учителю фізичної культури для здійснення, насамперед, освітньо-просвітньої функції. Для цього вчитель повинний мати велику ерудицію і володіти культурою мови.

Гностичні уміння пов'язані з пізнанням учителем як окремих учнів, так і колективу класу в цілому, з аналізом педагогічних ситуацій і результатів своєї діяльності. Ці уміння базуються на перцептивних уміннях, тобто уміннях учителя спостерігати, помічати помилки при виконанні учнями вправ.

Гностичні уміння містять у собі уміння користатися учбово-методичною і науковою літературою, уміння проводити елементарні дослідження й аналізувати їхні результати, для того щоб внести корективи в методику фізичного розвитку учнів.

Рухові уміння відбивають насамперед техніку виконання учителем фізичних вправ. До них відносяться навички страховки учнів при виконанні ними вправ. До рухових умінь відносяться більшість прикладних навичок учителя фізичної культури, що виявляються їм при лагодженні спортивного устаткування й інвентарю, у туристичних походах.

2. Авторитет учителя фізичної культури та його складові.

Авторитетом у якійсь сфері життя і діяльності називається людина, з думкою якої рахуються, якій прагнуть наслідувати і якій довіряють рішення тих чи інших питань. Учитель, що користується в учнів авторитетом, з виховної точки зору сильно впливає на них. Однак авторитет виникає в процесі діяльності вчителя, тому він є не вихідним, первинним, а вторинним компонентом майстерності вчителя.

Авторитет учителя фізичної культури складається з наступних компонентів:

Авторитет професіонала в області фізичної культури і спорту залежить від знань і умінь у цій сфері, а також від спортивного статусу в минулому (спортивного розряду) учителя...

Авторитет віку: учитель має в очах школярів авторитет як старша, більш досвідчена людина.

Авторитет посади, тобто статус учителя як педагога, із усіма правами, які з цього випливають, і обов'язками.

Моральний авторитет як людини; відсутність його може звести нанівець всі інші компоненти авторитету учителя фізкультури.

Молоді вчителі часто намагаються прискорити процес формування авторитету і встають на шлях створення так названого помилкового авторитету, що, за А.С. Макаренка, буває декількох різновидів.

Псевдоавторитет придушення заснований на остраху учня перед учителем. Такі вчителі забувають, що виховання учнів не зводиться до слухняності.

Псевдоавторитет відстані характеризується можливо меншим спілкуванням учителя з учнями. Такі вчителі не враховують, що успіх школярів на уроках, у походах і на змаганнях – це загальний успіх учнів і учителі фізичної культури.

Псевдоавторитет дружби виникає в тому випадку, коли вчитель дозволяє учням звертатися до себе як до товариша-однокласника, тобто зводить взаємини свої з учнями до панібратства...

Псевдоавторитет чванства заснований на хвастошах, підкресленні своїх достоїнств і заслуг у минулому, коли вчитель виступав на змаганнях і займав призові місця чи виконав нормативи майстра спорту і т.п.

Псевдоавторитет доброти часто виражається в поступливості вчителя (наприклад, вчитель, під натиском учнів, дозволяє їм грати в баскетбол, замість проходження програмного матеріалу)...

Псевдоавторитет резонерства полягає в тому, що вчитель повчає учнів, причому навіть у тих питаннях, у яких він некомпетентний.

Псевдоавторитет педантизму виражається в беззаперечному дотриманні правил, заведеного порядку, порой не від свідомої дисциплінованості вчителя, а від його бюрократичного керівництва.

Помилковий авторитет може створюватися вчителем і ненавмисно, однак у будь-якому випадку він шкодить вихованню і навчанню учнів.

Саме вірне рішення, якщо вчитель допустив промах у своїй поведінці, - відкрито, у розумній і тактовній формі визнати перед учнями свою помилку.

3. Психологічні основи педагогічного такту.

В процесі спілкування, як відомо, не тільки встановлюється психологічний контакт і відбувається обмін інформацією, а також і виникають взаємні переживання, взаємовплив, взаємодія між учасниками комунікативного процесу.

В залежності від того як вчитель сприймає і розуміє учня (відповідно і учень вчителя), відбувається певне відображення одного в іншому. Воно може бути переважно інтуїтивним, конкретно-почуттєвим і абстрактно-логічним.

Сприйняття і розуміння партнерами спілкування один одного залежить від багатьох причин: віку, індивідуальних здібностей, досвіду, інтересів, характеру, професії, психічного стану тощо.

Педагогічний такт – це якість, яка притаманна вчителю-майстру, вчителю-інтелігенту. Педагогічний такт базується на таких професійно важливих якостях вчителя як доброзичливість, щирість, емпатія тощо.

Учитель повинний мати цілий комплекс моральних якостей: гуманізм, увічливість, чесність, вимогливість, оптимізм тощо, тому що моральне виховання учнів повинне базуватися не тільки на словесній формі впливу на них, але насамперед на особистому прикладі. Учитель – це людина, спеціальністю якої є правильна поведінка.

Важливою моральною якістю вчителя є педагогічний оптимізм (по А.С. Макаренку). Він включає доброту, чуйність учителя, його товариськість і доброзичливість, життєрадісність, почуття гумору, віру в учнів, у досяжність ними поставлених цілей, навіть якщо ці учні не встигають і з відхиленнями в поведінці: віра вчителя змушує й учнів повірити у своє виправлення.

Правдивість. Учні повинні бути впевнені в щирості намірів і почуттів учителя, що спілкується з ними.

Гуманізм. Гуманне відношення вчителя виражається в інтересі до особистості учня, у прояві до нього співчуття, у наданні йому в разі потреби (у складних життєвих ситуаціях) допомоги радою і справою, у визнанні достоїнств учня, у вимогливості до розвитку учня і формуванню його як особистості...

«Справедливість учителя – це основа довіри дитини до вихователя, але щоб бути справедливим, треба до тонкості знати духовний світ кожної дитини» - писав В.О.Сухомлинський.

Комунікативні якості, до яких відносяться товариськість, увічливість, доброзичливість і ряд інших, допомагають учителю встановлювати контакт з учнями в процесі спілкування і тим самим сприяють успіху виховної роботи вчителя. До цих якостей відноситься і педагогічний такт.

Вольові якості мають велике значення для успішної діяльності учителя фізичної культури. До них відносяться витримка, наполегливість, терплячість, рішучість, сміливість.

Спокій і витримка вчителя не повинні підмінюватися байдужністю, байдужістю до своєї роботи. Учитель має право і повинний радуватися, гніватися, засмучуватися, ображатися. Але, навіть обурюючись, він не повинний виходити із себе, утрачати над собою контроль, переходити на грубий і образливий тон.

4. Стилі діяльності та керівництва вчителів фізичної культури.

Під стилем діяльності розуміють систему прийомів і способів організації і виконання людиною своєї роботи. Індивідуальний стиль може формуватися не тільки свідомо, цілеспрямовано, але і стихійно. А це значить, що вчитель може мати певний стиль діяльності і керівництва, навіть не підозрюючи про це.

Стихійне формування стилю діяльності обумовлено, як правило, схильністю людини до того чи іншого способу виконання діяльності, що виникає як наслідок наявних у людини типологічних особливостей прояву властивостей нервової системи (сили, рухливості, урівноваженості) і темпераменту (емоційної збудливості, ригідності, тривожності, товариськості). Цей шлях формування стилю не завжди доцільний з погляду ефективності діяльності; часто людина формує зручний для нього стиль, але неефективний для досягнення поставленої мети.

Свідоме, доцільне формування стилю може теж базуватися на обліку сильних і слабких сторін індивіда, його типологічних особливостей. Однак такий спосіб вимагає або глибокого самопізнання, або направляючих впливів з боку, наприклад, більш досвідченого педагога (колега по роботі, викладач вузу та ін.). Таке спрямоване формування стилю діяльності зменшує час пошуку свого стилю, отже, швидше приводить молодого фахівця до педагогічної майстерності.

Можливі випадки і пристосування людини до діяльності, коли цілеспрямовано в нього формується стиль діяльності, що не відповідає його психічному складу, властивостям нервової системи і темпераменту, але доцільний при роботі в конкретних умовах. Однак вироблення і використання такого стилю діяльності потребує від людини великих зусиль, постійного контролю за своїми діями...

Можливе формування стилю діяльності як наслідування авторитету, копіювання особливостей його діяльності як ідеалу професійної майстерності. Це не кращий спосіб, тому що він не враховує можливості даного вчителя.

Сприяє формуванню стилю діяльності позитивне відношення до професії і діяльності, а також високий рівень інтелектуального розвитку.

Кожний зі стилів має свої плюси і мінуси, оптимальний для одних умов і вимог, пропонованих діяльністю до людини, і неоптимальний для інших умов і вимог. Тому у різних ситуаціях доцільніше користатися різними прийомами і способами. Універсальність, уміння використовувати в залежності від ситуації способи, що визначають різні стилі, і характеризує вищий рівень професійної майстерності вчителя.

Стилі діяльності, що характеризують підготовку до уроку (підготовчі стилі). Мається два стилі підготовки вчителів до уроку. Одні вчителя приділяють велику увагу детальній розробці плану уроку, ретельно продумують засоби вирішення завдань, підібраних для уроку. Вони складають докладний план-конспект уроку і прагнуть педантично його

дотримуватися. Це вчителі з інертністю нервових процесів, ригідністю установок, слабкою нервовою системою. Потрапляючи в несподівані і складні ситуації, вони погано справляються з психічною напругою, можуть загубити нитку уроку і керування класом.

Інші вчителі не настільки обережні і консервативні, вони не приділяють стільки часу підготовці до уроку, не продумують ретельно засоби вирішення завдань уроку, не люблять складати докладні плани-конспекти. Вони віддають перевагу імпровізації, урок проводять з настроєм, живо. Це пояснюється рухливістю нервових процесів і сильною нервовою системою. Слабкою стороною цього стилю діяльності є деяка сумбурність проведення уроку, якщо вчитель буває незібраним.

Стилі спонукання учнів до навчання. По способах спонукання школярів до навчання вчителів можна розділити також на дві групи.

Перша група використовує як спонукання переважно логіку пояснення навчального матеріалу, вміло ставить пізнавальні завдання і створює проблемні ситуації. У меншому ступені вчителі з цим стилем використовують вимогливість, ігри, а також цікавість.

Друга група учителів віддає розпорядження строгим голосом, що дисциплінує, але впливи в них одноманітні. Вони в більшій мірі, чим учителі першої групи, контролюють дії учнів.

Стилі подачі навчального матеріалу. Учителі по різному подають навчальний матеріал, особливо теоретичні дані. Одні прагнуть створити повну орієнтовану основу діяльності не тільки в себе (у процесі підготовки до уроку), але й в учнів. Тому вступна частина присвячена докладному поясненню завдань уроку.

Інші вчителі менше часу приділяють попереднім поясненням і створенню орієнтованої основи діяльності, часто пояснення дають по ходу виконання вправ. Рапорт чергового приймають швидко, урок починають без запізнь, загальнорозвиваючі вправи частіше проводять у русі чи у формі змагання між колонами. Недоліками такого стилю є імпульсивність

поведінки, нетерплячість, поквалітивість. Однак ці недоліки добре нейтралізуються гнучким використанням різноманітних педагогічних впливів і прийомів, здатністю вчителя з ходу мобілізувати свої знання й уміння, оперативно обмірковувати ситуації, що складаються, і творчо їх вирішувати, а також мобільністю й активністю вчителя.

Перший з описаних стилів притаманний у більшій мірі вчителям зі слабкою й інертною нервовою системою, другий – учителям із сильною і рухливою нервовою системою.

Часто у вчителів може зустрітися змішаний стиль підготовки до уроку і його проведення, для якого характерні особливості, властиві одному й другому стилю. Обумовлено це тим, що сильна нервова система може сполучатися з інертністю нервових процесів, а слабка нервова система – з рухливістю нервових процесів.

А.К. Маркова й А.Я. Никонова виділили наступні стилі діяльності вчителів: емоційно-імпровізаційний, емоційно-методичний, розмірковуючо-імпровізаційний і розмірковуючо-методичний.

Виділено й інші стилі діяльності вчителів: організаційно-комунікативний, конструктивно-організаційний і конструктивно-комунікативний (З.Н. Вяткіна, Н.І. Петрова)

Стили керівництва учителів фізичної культури. Керівні функції учителя виконують не тільки на уроці, але і в позакласній роботі. При цьому спостерігаються істотні розходження в способах і прийомах керівництва, у зв'язку з чим виділяють три стилі: авторитарний, демократичний і ліберальний.

Авторитарний стиль керівництва. Вчителі такого стилю керівництва, не зважаючи на думку навколишніх, самі визначають способи і засоби досягнення мети, тому що вважають, що вони усе знають самі і що краще їх усе рівно ніхто не вирішить. Всю інформацію такий учитель замикає на себе. Вчитель сковує ініціативу школярів, тому в них послабляється почуття відповідальності за загальну справу, суспільні

доручення стають для них формальністю і суспільна активність учнів падає. Школярі є лише виконавцями задумів вчителя і його планів. Свої рішення вчитель цього стилю керівництва виражає у формі вказівок, наказів, інструкцій, доган, подяк.

Між учнями і вчителем фізичної культури, що орієнтується при прийнятті рішень в основному на власну думку і не враховує думку класу, команди, може виникнути бар'єр нетерпимості. Він виражається в небажанні вчителя приблизити свою позицію з деяких питань (наприклад, при обранні капітана команди, старости спортивної секції та ін.) з позицією колективу школярів. Виникає взаємна непоступливість, непотрібна запальність, що переходить в упертість, яка викликає взаємні образи.

Демократичний стиль керівництва. Позицію вчителя з цим стилем керівництва можна охарактеризувати як «першого серед рівних». Своєю поведінкою він показує, що його влада є необхідністю для раціонального виконання завдань, що стоять перед шкільним колективом, і не більше. Він намагається керувати так, щоб кожен школяр брав максимальну участь у досягненні загальної мети. Для цього він розподіляє відповідальність між школярами, заохочує і розвиває відношення між ними, створює атмосферу ділового співробітництва і товариства. Рішення приймає колективно, з урахуванням думки активу. Спирається в діяльності на допомогу школярів, з огляду на їх схильності і здатності. Вміло використовує учнів, які користуються серед однолітків авторитетом, для зміцнення згуртованості і дисципліни в колективі.

Вчитель демократичного стилю керівництва бачить сенс своєї діяльності не тільки в контролі і координації дій шкільного колективу, але й у вихованні і прищеплюванні учням організаторських умінь і навичок, тому ставить перед ними мотивовані завдання, заохочує індивідуальні зусилля кожного, робить їх надбанням гласності. Це сприяє розвитку в школярів ініціативи і творчої самостійності.

Вчителі демократичного стилю керівництва більш адекватно, чим вчителі авторитарного стилю, оцінюють позитивні і негативні риси характеру учнів.

Ліберальний (потуральний) стиль керівництва. Цей стиль характеризується прагненням учителя як можна менше втручатися в справи активу, наданням учням більшої волі дій, причому не виправданої в багатьох ситуаціях. Вчителі з цим стилем керівництва не користуються популярністю в учнів через їхнє невміння організовувати і направляти діяльність учнів, недостатню вимогливість і принциповість. Для них характерне переоцінювання позитивних якостей учнів і недооцінювання негативних.

Отже, виокремлюється декілька підходів до виділення стилів спілкування та керівництва вчителя. При цьому слід розрізняти, що стиль керівництва характеризується не тільки стилем спілкування, але й способом прийняття рішення (одноосібним чи колегіальним), орієнтацією на ініціативність учнів чи на жорстку регламентацію їх активності і т.д. При цьому, зауважимо, що стиль спілкування відноситься до стилю керівництва як частина до цілого.

В.А.Кан-Калик описав такі стилі педагогічного спілкування вчителя:

- стиль «співпраця і творчість»;
- стиль «дружелюбне ставлення»;
- стиль «загравання»;
- стиль «залякування»;
- стиль «дистанція»;
- менторський стиль.

Продуктивним і ефективним є той вчитель, який уміло використовує всі 3 стилі комплексно, доцільно і залежно від ситуації та вирішення педагогічних завдань.

Контрольні запитання. Завдання.

1. В чому полягає професійна майстерність учителя фізичної культури?
2. Назвіть основні компоненти діяльності вчителя.
3. Що таке авторитет вчителя?
4. Чим відрізняється стиль спілкування від стилю керівництва вчителя?

Питання для самостійної роботи:

1. Компоненти професійної майстерності.
2. Уміння вчителя фізкультури.
3. Складові авторитету вчителя фізичної культури..
3. Поняття педагогічного такту.
4. Стилi діяльності вчителя та фактори, що його визначають.
5. Стилi керівництва вчителів фізичної культури і їх характеристика.
6. Професійно важливі якості вчителя і особливості їх формування.

Тема 4. Педагогічне спілкування як засіб виховання і навчання учнів.

Мета вивчення полягає в передачі психологічних-педагогічних знань з проблем спілкування і його особливостей в професійній діяльності вчителя фізкультури. Ознайомлення з основними засобами спілкування та формами впливу вчителя на школярів.

Навчальний час: 2 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Особливості педагогічного спілкування.
2. Засоби спілкування вчителя фізичної культури з учнями.
Культура мовлення вчителя фізичної культури.
3. Форми впливу вчителя фізичної культури на учнів у процесі педагогічного спілкування.

Література: 7, 21, 25, 26, 31, 36

Ключові поняття: педагогічне спілкування, засоби спілкування, мова, мовлення, комунікативна компетентність.

Основний зміст

1. Особливості педагогічного спілкування.

Педагогічна майстерність учителя багато в чому базується на мистецтві спілкування. У процесі спілкування, цієї специфічної форми людської взаємодії, здійснюється обмін ідеями, знаннями, усім фондом духовного

багатства, створюваного людьми. Тим самим долається обмеженість індивідуального досвіду. Для того щоб спілкування мало виховний і освітній вплив, воно повинно підкорятися педагогічним завданням. У зв'язку з цим воно стає педагогічним спілкуванням.

Спілкування – це окремий вид комунікації, специфічний для високорозвинених живих істот, у першу чергу для людини. Під комунікацією розуміється зв'язок, взаємодія двох систем, у ході якого від однієї системи до іншої передається сигнал, що несе інформацію...

Спілкування людей – це зв'язок між ними, який приводить до виникнення психічного контакту, що виявляється в обміні інформацією, взаємовпливі, взаємопереживаннях і взаєморозумінні.

Педагогічне спілкування – це професійне спілкування вчителя насамперед з учнями, а також з їхніми батьками, що має певні педагогічні, у тому числі і виховні цілі. За допомогою педагогічного спілкування не тільки передаються знання й уміння, але і змінюються властивості особистості учнів, устанавлюється взаєморозуміння, міняються думки й установки.

Психічний контакт, що виникає при спілкуванні, характеризує взаємодію між реальними людьми, що існують у той самий час. Психічний контакт припускає обмін інформацією, емоціями і т.п. між особами, що спілкуються. Спілкування – двобічний процес, взаємний зв'язок між людьми, який повинен мати зворотній зв'язок.

Психічний контакт між людьми може бути безпосереднім (наприклад, при зустрічі) і опосередкованим (наприклад, обмін листами).

У залежності від числа людей, що спілкуються, розрізняють три види спілкування: міжособистісне - спілкування між двома суб'єктами (наприклад, учитель - учень), індивідуально-групове - спілкування між однією людиною і групою (наприклад, учитель - клас) і міжгрупове (наприклад, між класами).

Якщо цілі осіб, що спілкуються збігаються, то відбувається взаємодія; якщо цілі виключають один одного (під час, наприклад, спортивного змагання), то спілкування здобуває вид протиставлення.

По змісту і цілям виділяють *ділове і неділове спілкування*. Ділове спілкування вчителя з учнями відбувається на заняттях у школі, під час позакласної і позашкільної спортивно-масової роботи з дітьми.

Неділове спілкування, як правило, характеризує міжособистісне спілкування учнів у вільний від навчальної діяльності час, спілкування між вчителем і учнями при проведенні дозвілля і т.д.

Спілкування може бути *короткочасним і тривалим*.

Виділяють й інші види спілкування: соціально орієнтоване (лекція, доповідь, телевізійний виступ); групове предметно орієнтоване (спілкування між членами спортивної команди під час гри); особистісно орієнтоване; спілкування, орієнтоване і не орієнтоване на завдання і т.д.

Фактори, що обумовлюють ефективність педагогічного спілкування. Одні з них керовані і тому можуть спеціально організовуватися для того, щоб мета спілкування була досягнута з найбільшою імовірністю. Інші фактори некеровані, принаймні в момент спілкування, і тому повинні лише враховуватися викладачем при побудові стратегії і тактики спілкування.

Формування умінь спілкування. Для успішної реалізації будь-яких цілей спілкування, у тому числі і виховних, учителю, крім визначених властивостей особистості, потрібно мати певний мінімум знань про те, як спілкуватися, і умінь використовувати ці знання.

2. Засоби спілкування вчителя фізичної культури з учнями. Культура мовлення вчителя фізичної культури.

Засоби спілкування розподіляються на *п'ять основних груп*:

- 1) лінгвістичні (мовні);
- 2) оптико-кінетичні (жести, сміх, плач, темп мови);
- 3) паралінгвістичні (якість голосу, його діапазон, тональність);
- 4) екстралінгвістичні (паузи, сміх, плач, темп мови);
- 5) просторово-часові (дистанція, час, місце, ситуація спілкування).

Мовні засоби спілкування утворюють логіко-змістовну лінію, яка обумовлює його зміст. Цю лінію доцільно називати „словесною лінією”.

Провідною стилістичною рисою сучасного спілкування є балакучість, тобто простота і швидкість побудови фраз, використання розмовної лексики і фразеології. Стилiстична своєрiднiсть словесної дiї виявляється в особливостях синтаксичного ряду, тобто в побудові фраз і словосполучень. Але разом з цим своєрiднiсть розмовного стилю словесної дiї утворюється рядом психотехнiчних способiв:

А) уявною дiалогiзацiєю (синтаксичний ряд словесної дiї iмiтує уявну мову дiалогу);

Б) запитально-вiдповiдальним тоном (суб'єкт спілкування сам задає собi питання і сам на них вiдповiдає);

В) риторичними запитаннями (якi, як вiдомо, вмищують ствердження і заперечення, збуджують думки, емоцiї партнерiв по спілкуванню);

Г) емоцiйними вигуками (що дає можливість зосередити увагу на темi спілкування, стимулює розмову спілкування);

Д) iнверсiєю (тобто навмисне порушення порядку слiв).

Якiсть і ефективнiсть словесної дiї залежать вiд того, наскiльки суб'єкт володiє психотехнiкою мови (саме психотехнiкою, а не технiкою, як вважають деякi автори).

Психотехнiка мови – це система iндивiдуально-психологiчного управлiння голосом, дикцiєю, iнтонацiєю, логiкою, в залежностi вiд соцiально-психологiчних умов спілкування. В цьому розумiннi психотехнiка мови – це роздiл психотехнiки спілкування, який розкриває способи ефективного використання лiнгвiстичних, паралингвiстичних і екстралингвiстичних засобiв взаємодiї людей.

Якщо лiнгвiстичнi засоби визначають змiстовнiсть словесної дiї, то паралингвiстичнi і екстралингвiстичнi – її виразнiсть.

Iнтонацiя і тональнiсть дiють не тiльки на свiдомiсть, але і на сферу почуттiв, придають емоцiйного забарвлення словам і реченням.

Типи словесної дiї – швидкiсть її здiйснення. Швидкий темп ускладнює можливість зосередити увагу на логiцi і змiстi словесної дiї, повiльний –

стимулює. Найбільш оптимальний варіант темпової організації словесної дії – психологічно-доцільне керування.

Паузи, при їх вірному використанні, дозволяють краще передати зміст слова, фрази, підкреслити або підсилити найбільш важливі місця.

Дикція, тобто чітка, ясна вимова звуків, полегшує процес вимови в змісті словесної дії.

Оптико-кінетичні засоби організують динамічні психофізичні дії.

Жест – це рух, який передає психічний стан промовця. Їх умовно розділяють на вказівні, ритмічні, емоційні та ін. Жестикуляція може бути жвавою, млявою, мізерною, доброю, маловиразною, природною, спокійною, поривчастою, енергійною, несміливою. Жести іноді розходяться у своєму значенні з вербальною інформацією. Але потім завжди виявляється, що жести були правдивішими.

Існує декілька способів формування комунікативних умінь: особистий досвід, наслідування, навчання (тренінги), робота над собою (самонавчання).

Навчання може проходити по трьох послідовно використовуваних методиках. Перша з них – моделювання («педагогічні ігри»): створюється ситуація, у якій один зі студентів відіграє роль учителя, а інші – учнів, і програється поведінка в цій ситуації... друга методика – мікровикладання (чи спробний урок) у часі 5-10 хв. з невеликою групкою школярів (використовується якийсь один з педагогічних прийомів). Третя методика – міні-курси – демонстрація навчальних фільмів про уроки досвідчених учителів.

Практичне навчання знанням, умінням спілкування поділяється на три етапи. Перший етап – формування умінь спілкування. Воно починається з рефлексії, з усвідомлення власної поведінки і спілкування, коли, наприклад, людина за завданням відтворює чи уявляє собі своє спілкування в той чи іншій ситуації.

Другий етап – оволодіння знанням і розумінням школярів, умінням пізнавати їх інтелектуальні й емоційні особливості, уявляти собі динаміку їх

мотивів і підбирати такий навчальний і виховний матеріал, що може стимулювати їхній інтерес.

Третій етап – це мікроуроки. Стосунки «учитель-учень» реалізується в активній діяльності майбутнього вчителя в умовах, максимально наближених до реального.

Формуються *три групи умінь спілкування*: організаційні, перцептивні й оперативні.

До організаційних умінь відносять дії по створенню і вибору сприятливих умов для спілкування, на вибір об'єкта спілкування, підготовці до спілкування і техніки його ведення. Навички цієї групи вимагають певної інтуїції.

До перцептивних умінь відносять дії по сприйняттю і тлумаченню змісту висловлень, дій, міміки, жестів і інших засобів спілкування співрозмовника. Ці уміння створюють уважного, проникливого вчителя.

До оперативних умінь відносять: 1) дії по оперуванню матеріалом і засобами спілкування, 2) дії по оперуванню способами впливу на співрозмовника і 3) прийоми керування власною поведінкою під час спілкування.

Другий підхід до виділення умінь спілкування дається А.А.Леонтьєвим. Він виділяє наступні уміння:

1) уміння соціальної перцепції, тобто «читання по обличчю» співрозмовника;

2) уміння розуміти співрозмовника, а не тільки сприймати його поведінку, реакції, міміку і через них – визначати його настрій, напрямок думок, наміри,

3) уміння «подавати себе» у спілкуванні з учнями, зіграти ту чи іншу роль, обумовлену педагогічним завданням і ситуацією;

4) уміння встановлювати контакт з учнями;

5) уміння будувати свою мову відповідно до завдання і ситуації.

Ці уміння спираються на ряд особистісних якостей учителя фізичної культури: вольових (стриманість, терплячість, наполегливість) і якостей уваги (спостережливість, “перемикаємість” уваги).

4. Форми впливу вчителя фізичної культури на учнів у процесі педагогічного спілкування.

Взаємодія суб’єктів спілкування складається з органічної єдності трьох складових: словесної; оптико-кінетичної; психокінетичної.

Комунікативний вплив – це реальне вираження навичок спілкування суб’єктів взаємодії. Його інтерактивність забезпечується просторово-часовими засобами спілкування:

- дистанцією – відстанню, до того ж, фізичною, між партнерами по спілкуванню;
- «прибудовою» – позицією, яка виражає ставлення одного партнера до іншого;
- часом, місцем та ситуацією – умовами спілкування, які визначають напружений або спокійний характер взаємодії, комфорт чи дискомфорт спілкування.

Спілкування представляє собою системну освіту і може бути розглянуте як *взаємодія* рівноправних суб’єктів. В структуру взаємодії входять: - суб’єкти взаємодії; взаємний зв’язок; взаємний вплив один на одного; взаємні зміни суб’єктів спілкування.

Взаємодія представляє собою систематичне стійке виконання дій, які направлені на те, щоб викликати відповідну зворотну реакцію партнера.

Взаємодія складається з дій. Кожна дія означає:

- діючий об’єкт;
- об’єкт дії, або суб’єкт, на який направлений вплив;
- засоби або знаряддя дії;
- мету дії або спосіб використання засобів впливу;
- реакція індивіда, на який впливають, або результат дії.

Взаємодія – це процес, який складається з:

- фізичного контакту;
- спільного переміщення в просторі;
- спільної групової чи масової дії;
- духовного вербального контакту,
- невербального інформаційного контакту.

Взаємодію як процес характеризують: інформаційний зв'язок, взаємовплив, взаємостосунки, порозуміння. Взаємодії бувають різних типів: міжособистісні, особистісно-групові, особистісно-масові, міжгрупові або глобально-масові.

Як діалектичний процес, спілкування представляє собою єдність двох протилежних тенденцій: до співробітництва, інтеграції, з одного боку, і до боротьби, диференціації – з іншого. Соціальні впливи можуть бути найрізноманітнішими. Наприклад: такі види соціальних впливів, які пропонує Р.Ф.Бейлс. (Див.Таблиця 2.)

Таблиця 2.

Стосунки	Форма стосунків
Емоційно-позитивні	1. Солідарність 2. Послаблення 3. Схвалення
Ділові	4. Пропозиції 5. Думки 6. Інформація 7. Прохання дати інформацію 8. Прохання висловити думку 9. Прохання висловити звернення
Емоційно - негативні	10. Відхилення 11. Напруженість 12. Антагонізм

Важливо зазначити, що для спілкування як взаємодії соціальних суб'єктів з позиції діалогічної методології характерні такі особливості:

- 1) рівність психологічних позицій соціальних суб'єктів незалежно від соціального статусу;

- 2) рівність визнань активної комунікативної ролі один одного;
- 3) психологічна підтримка один одного.

Називаючи ці три основні особливості, необхідно підкреслити ще раз: суб'єкт – особа, яка вступаючи в спілкування як систему соціальної взаємодії, зберігає при цьому свою автономність і забезпечує саморегуляцію своїх комунікативних дій.

Важливою умовою встановлення взаємодії між вчителем і учнями є комунікативна компетентність вчителя, тобто організація поведінки і діяльності учнів вчителем через різні види педагогічного спілкування.

Виховання по своїй суті - комунікативний процес, тобто процес, основою якого є спілкування: через спілкування вчитель організовує поведінку і діяльність учнів, оцінює їх роботу і вчинки, інформує про події, які відбуваються, викликає відповідні переживання через вчинки, допомагає подолати труднощі, не загубити віру в свої можливості.

Розмовляти з дитиною набагато важче, ніж з дорослим, для цього треба вміти правильно сприйняти зовнішні прояви її суперечного внутрішнього світу, врахувати можливу емоційну реакцію на звернене до неї слово, її чуттєвість до фальші в спілкуванні з дорослими. Низька культура спілкування, психологічна невідповідність вчителя, його некомпетентність є серйозною перешкодою для встановлення повноцінних взаємостосунків в процесі комунікативної взаємодії.

Слово вчителя набуває сили і авторитету лише в тому випадку, якщо педагог проявив увагу до учня, чимось допоміг йому, тобто встановив з ним стосунки порозуміння через спільну діяльність.

В процесі спілкування учні засвоюють не тільки зміст матеріалу та діяльності, але й відношення до них вчителя. Відношення до учнів завжди проявляється вчителем в спілкуванні з ними. Як правило, це відношення базується на певних стереотипах. Як відомо, доброзичливі стосунки вчителів з учнями обумовлюють акуратність і зовнішня привабливість учнів, їх успіхи в навчанні, наполегливість і дисциплінованість. Красива і охайна дитина

завжди привертає увагу дорослих, викликає захоплення. Це особливо характерно для вчителів-жінок. Успіхи учня з предмету дають можливість вчителю відчувати свою майстерність і професійність у викладанні навчальної дисципліни, знайти одноступця в захопленні предметом, впевнитись в можливості впливу на поведінку учня.

Ефективність словесного звертання до учня обумовлена ступенем оволодінням технікою педагогічного спілкування. На жаль, навчання спілкуванню не завжди передбачається в програмах підготовки вчителів, зокрема фізичної культури, тому часто розмова з учнем на підвищених тонах, крик, є поширеним способом впливу на поведінку учня.

Характер взаємодії і стиль взаємовідносин багато в чому залежать від особистих якостей вчителя.

Основною професійно важливою властивістю особистості вчителя Н.В.Кузьміна вважає здатність ідентифікувати (умовно ототожнювати) себе з учнем, поставити себе на його позицію, розділити його переживання, побачити очима дитини його проблеми, стосунки з іншими учнями. У педагога здатність до ідентифікації повинна бути розвиненою до рівня професійно необхідної якості.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Що таке спілкування? Які існують специфічні риси спілкування, що відрізняє його від інших видів комунікації?
2. Які існують види спілкування?
3. Які «зовнішні» фактори обумовлюють ефективність спілкування?
4. Назвіть засоби спілкування вчителя.
5. Які засоби, прийоми навчання спілкуванню ви знаєте?

Питання для самостійної роботи:

1. Поняття педагогічного спілкування.
2. Вербальні засоби спілкування і їх особливості.
3. Невербальні засоби спілкування та їх різновиди.
4. Поняття комунікативної компетентності.

5. Фактори, що зумовлюють ефективність спілкування.

Змістовий модуль 2. Учні як об'єкт діяльності вчителя фізкультури і суб'єкти пізнання.

Тема 5. Психологічні передумови навчання на уроках фізичної культури.

Мета вивчення полягає в передачі психологічних-педагогічних знань та ознайомлення з основними проблемами розвитку пізнавальних процесів на уроках фізкультури у школярів. Формування вмінь використовувати знання закономірностей перебігу пізнавальних процесів при організації і проведенні уроків фізичної культури у різних ланках загальноосвітньої школи.

Навчальний час: 4 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Особливості використання різних видів уваги на уроці фізичної культури. Властивості уваги і їх прояв при виконанні фізичних вправ. Вікові особливості уваги школярів.

2. Сприймання в навчальній діяльності учнів. Види сприймання. Властивості сприймання та їх врахування в процесі фізичного виховання учнів. Організація ефективного сприймання навчального матеріалу на уроці фізичної культури.

3. Мислення в навчальній діяльності учнів. Тактичне мислення.

4. Пам'ять в навчальній діяльності учнів. Закріплення в пам'яті навчального матеріалу.

Література: 12, 17, 19, 24, 34, 37

Ключові поняття: увага, неуважність, сприйняття, спостереження, мислення, наочно-дійове, наочно-образне, абстрактно-логічне мислення, тактичне мислення, уява, пам'ять, інтерференція.

Основний зміст

Успішність навчання багато в чому визначається тим, наскільки активізовані психічні процеси учнів: увага, сприйняття, мислення, уява,

пам'ять. Унаслідок того, що ці психічні процеси забезпечують одержання і переробку інформації, пізнання навколишнього світу і самого себе, вони називаються пізнавальними. Однак їх функції виходять за рамки пізнання: без них неможливе керування поведінкою і діяльністю, спілкування між людьми. Тому інша функція психічних процесів – регулююча.

Необхідно пам'ятати, що психічні процеси тісно пов'язані між собою. Наприклад, ні один з них не може здійснюватися без уваги; сприйняття базується не тільки на відчуттях, але і на мисленні, пам'яті і т.д.

Головна проблема – як учитель фізичної культури повинний побудувати свою діяльність, щоб забезпечити найкращу увагу, сприйняття, мислення, запам'ятовування і т.п., тобто найкраще засвоєння навчального матеріалу. Оскільки навчання, у результаті якого здобуваються знання і формуються уміння, а також розвиваються якості, залежить від трьох факторів – від того, чому навчають, від того, хто і як навчає, і від того, кого навчають, - це стосується вікових і індивідуальних особливостей прояву психічних процесів в учнів. Ці особливості впливають на ефективність навчання, визначаючи порою стратегію і тактику подачі навчального матеріалу особам, що навчаються, способи і засоби активізації їх навчальної діяльності.

1. Особливості використання різних видів уваги на уроці фізичної культури. Властивості уваги і їх прояв при виконанні фізичних вправ.

Вікові особливості уваги школярів.

Увага – це спрямованість і зосередженість свідомості на чому-небудь, предметі, явищі, дії, думці.

Неуважність учнів, її причини і наслідки. Учителю важливо визначити, уважний учень у даний момент, чи ні. Це можна зробити двома способами – по зовнішньому вигляді учня (застигла поза, напружене вираження обличчя і т.п. – це прояв уваги) і задаючи питання по ходу пояснення і показу навчального матеріалу.

Причин неуважності учнів може бути декілька. Якщо неуважність притаманна всьому класу, то причина швидше всього в самому вчителі:

- не зумів донести до розуміння учнів важкий матеріал;
- сухо і монотонно його викладав;
- не забезпечив нормальні гігієнічні умови в залі (сперте повітря чи відсутність провітрювання, висока чи низька температура повітря в залі викликає відчуття дискомфорту і швидке стомлення учнів);
- шум, що доноситься з вулиці чи поява на уроці незнайомої людини.

Якщо неуважні окремі учні, то спочатку треба з'ясувати, чи завжди їм притаманна неуважність, чи вона ситуативна, виникла тільки на даному занятті. Якщо неуважні ті самі учні, то це може бути пов'язане з наступними причинами:

- з неуважністю як особистісною характеристикою;
- з легкістю матеріалу для окремих учнів (наприклад, для спортсменів, які часто заявляють, що на уроках фізкультури їм «робити нічого»);
- зі слабкою підготовленістю учня, який вважає, що йому все рівно за однокласниками не погнатися;
- з недоліками зору (короткозорістю) чи слуху (приглухуватістю), з наявністю в деяких школярів головних болів.

Окрім зниження ефективності засвоєння навчального матеріалу, що приводить і до зниження успішності з фізичної культури, неуважність учнів може привести до травматизму.

Травматизм при виконанні фізичних вправ виникає частіше через порушення правил безпеки, а також у результаті помилок, що є наслідком слабкої технічної і фізичної підготовленості учнів.

Стійкість навмисної уваги учитель фізичної культури може підвищити різними способами.

Протягом всього уроку – підтримуючи дисципліну, швидко виявляючи причини її порушення.

При постановці завдання уроку:

1. Чітко ставлячи мету і завдання уроку, розбиваючи поурочне завдання на етапи, внутрішньо самостійні частини (у зв'язку з тим, що учні не можуть довго утримувати увагу на одному завданні).

2. Ставлячи завдання, потрібно перевірити, чи прийнята вона учнями, чи зрозуміла вона: адже учень може виконати вправу як усі, але звернути увагу не на те, що вимагає вчитель, а на поставлене перед собою завдання (наприклад, замість того щоб стежити за правильністю відштовхування при стрибках у довжину, він поставить завдання стрибнути якнайдалі, не звертаючи уваги на техніку стрибка).

При поясненні вправи:

1. Показуючи логічний зв'язок між окремими завданнями, щоб перехід від одного завдання до іншого був свого роду продовженням того самого процесу. Особливо важливо дотримуватися цього правила при теоретичній підготовці на уроках фізичної культури...

2. Не просто пояснюючи, а міркуючи над найбільш ефективним способом рішення завдання, задаючи учням питання, утягуючи їх у процес мислення. Це змушує учнів думати, підтримує їхню увагу на оптимальному рівні, створює в них готовність відповідати на питання.

3. Даючи пояснення бадьорим голосом, не затягуючи їх, не перетворюючи в довгі монологи, не пояснюючи багаторазово те, що учні вже зрозуміли чи вже знають з попередніх занять.

При виконанні учнями навчального завдання гарний ефект в утриманні уваги дають наступні засоби:

1. Вибір оптимального темпу роботи; занадто низький темп розхолоджує, розосереджує увагу, а занадто високий – не дає часу зосередитися, ... швидко викликає стомлення, що теж приводить до зниження інтенсивності уваги.

2. Планування на урок оптимального обсягу роботи; при дуже великому обсязі увага стає нестійкою внаслідок одноманітності, монотонності чи ж

унаслідок стомлення, а при малому обсязі – з'являються паузи, учні починають відволікатися.

3. Розмаїтість роботи з уведенням змагальних моментів, ігор, особливо в молодших класах; однак...пам'ятати, що сильне емоційне збудження заважає зосередженню уваги на техніці вправи. Тому використання цих вправ (підскоки, вправи з ударами і т.п.) перед розучуванням техніки рухів недоцільне.

4. Стимулювання уваги учнів в окремі моменти уроку підкресленням важливості виконуваної вправи для оволодіння технікою гри в баскетбол, стрибка в довжину і т.д. Труднощі активізації й утримання уваги на уроках фізичної культури полягають в тім, що школярі вміють по-своєму бігати, стрибати, перекидатися...Важно відразу сказати учнем, що виконання ряду спортивних вправ має специфіку в техніці в порівнянні з життєвими руховими навичками, що ця специфіка обумовлена найбільш раціональним використанням наявних у людини рухових якостей і що зневага правильною технікою приводить до зниження швидкості бігу, сили відштовхування і т.п.

5. Поступове розкриття у вправі, що розучується, усе нових і нових нюансів, показ різних варіантів вправи, що розучується, буде створювати ефект новизни, оживить їхню увагу.

6. Усунення причин негативного відношення учня до вправи, що розучується, виникаючого, наприклад, через страх робити цю вправу. Страх звужує увагу, заважає направляти її на контролювання техніки виконуваної вправи...

**2. Сприймання в навчальній діяльності учнів. Види сприймання.
Властивості сприймання та їх врахування в процесі фізичного виховання
учнів. Організація ефективного сприймання навчального матеріалу на
уроці фізичної культури.**

Засвоєння навчального матеріалу починається з його сприйняття. *Сприйняття* – це відображення у свідомості людини предметів чи фізичних явищ при їхньому безпосередньому впливі на органи почуттів.

Організація сприйняття на уроках фізичної культури повторює прийоми організації уваги, оскільки без її залучення сприйняття навчального матеріалу неможливе. У той же час варто використовувати ряд додаткових заходів для забезпечення ефективності сприйняття: формування в учнів уміння спостерігати, пред'явлення оптимального обсягу інформації, облік індивідуальних особливостей сприйняття.

Формування уміння спостерігати. Спостереження – це цілеспрямоване, планомірне сприйняття об'єктів для їхнього пізнання. Спостереження – більш осмислений процес, чим просте сприйняття (споглядання).

Спостереження починається з постановки перед учнями завдання. Загальне завдання може розпадатися на ряд дрібних, приватних завдань, зв'язаних, наприклад, зі спостереженням за висотою ведення м'яча при грі в баскетбол, нахилом тулуба при узятті низького старту і т.д.

На основі завдань спостереження складається план його проведення. Це дає можливість уникнути стихійності, випадковості спостереження, при якому учні можуть не звернути уваги на істотні моменти у виконанні тієї чи іншої справи.

Результати спостереження необхідно фіксувати в протоколі, для чого треба попередньо, після складання плану, оформити протокол спостереження. У ньому у відповідних графах повинні знайти відображення всі моменти, зв'язані з завданнями спостереження.

Щоб спостереження протікало ефективно, варто підготувати до нього учнів, дати ним необхідні для спостереження знання, уміння, володіти методикою роботи...

Спостереження повинне закінчуватися аналізом зібраних матеріалів, що дозволить учням виявити зв'язки і відношення між явищами, об'єктами, елементами справи, що спостерігалися, осмислити сутність справи.

Пред'явлення оптимального обсягу інформації. Занадто великий обсяг інформації розсіює увагу учнів. Вони будуть поспішати сприймати всі

об'єкти, деталі вправи, а це приведе до квапливості, до нечіткого сприйняття, до поганого осмислювання і запам'ятовування матеріалу.

Маленький обсяг інформації знизить ефективність сприйняття через швидко падаючий інтерес учнів до такої діяльності. При нестачі даних виникає перекручене сприйняття, тому що учні починають домислювати побачене і почуте.

Виділяють чотири *типи сприйняття і спостереження*: аналітичний, синтетичний, аналітико-синтетичний і емоційний.

Аналітичний тип сприйняття характеризується прагненням учнів виділити і проаналізувати насамперед деталі, частковості. Вони скрупульозно вникають в усі подробиці навіть тоді, коли це непотрібно (наприклад, на початковому оволодінні руховою дією). З такими учнями вчителю потрібно проводити додаткову роботу, підкреслюючи головні деталі і відкидаючи другорядні.

Синтетичний тип сприйняття характеризується схильністю учня до узагальненого відображення явищ і до визначення основного змісту сприйманого. Учні цього типу не люблять вдаватися в деталі, головне для них – скласти загальне уявлення про об'єкт чи явище, що спостерігається. Учителю потрібно перевіряти повноту сформованості в учня образа вправи, що розучується, її деталізованість.

Аналітико-синтетичний тип сприйняття виявляє рівною мірою прагнення до аналізу і синтезу. Він зустрічається частіше других і є найбільш ефективним для сприйняття навчального матеріалу.

Емоційний тип сприйняття характеризується вираженням насамперед своїх переживань із приводу сприйманого, а не схоплюванням сутності деталей. Для цих учнів особливо необхідні повторні покази, пояснення вправ: перша (емоційна) реакція в учнів при повторях зникає, і вони починають звертати увагу на сутність вправи, її техніку.

3. Мислення в навчальній діяльності учнів. Тактичне мислення.
Мислення – це пізнання сутності і закономірності об'єктів і явищ за

допомогою розумових операцій: аналізу, синтезу, порівняння, абстракції і т.д.

Види мислення виділяють по різних підставах: за формою (наочно-дійове, наочно-образне, абстрактно-логічне); за характером розв'язуваних завдань (теоретичне, практичне); за ступенем розгорнення (дискурсивне, інтуїтивне); за ступенем новизни й оригінальності (репродуктивне (відтворююче), продуктивне (творче)).

За формою виділяють три види: практично-дійове, наочно-образне і словесно-логічне мислення.

Практично-дійове мислення характеризується тим, що розумові операції здійснюються в процесі маніпулювання з предметами і виконання фізичних вправ.

Наочно-образне мислення спирається на первинні і вторинні образи (уявлення). Воно використовується учнями й у тому випадку, коли описувану вчителем у словесній формі вправу вони намагаються уявити собі зорово чи коли вирішують розумову задачу, малюючи схему, що відбиває зв'язок якихось явищ один з одним.

Словесно-логічне мислення (абстрактно-логічне) характеризується оперуванням абстрактними поняттями і міркуваннями. Розумова задача вирішується тут у словесній (вербальної) формі, причому використовуються такі абстрактні поняття, які не можна виразити конкретним образом: патріотизм, чесність, принциповість, здібності, обдарованість і т.п.

У практичній розумовій діяльності всі ці види мислення тісно зв'язані між собою. Оперуючи поняттями, людина спирається і на відповідні їм образи (уявлення), а мислячи образами, вона дає їм відразу словесне позначення.

Тактичне мислення. Виконання ряду фізичних вправ зв'язано з тактикою, під якою розуміється доцільне ведення змагальної боротьби як окремим суб'єктом (індивідуальна тактика) так і в цілому командою (командна тактика).

Тактичне мислення характеризується рядом особливостей. Діючий характер тактичного мислення означає включеність мислення в практичну дію. Наприклад, баскетболіст мислить у ході виконання технічної дії, негайно реалізуючи в ньому прийняте рішення.

Оперативність тактичного мислення зв'язана з браком часу на ретельне обмірковування тактичного ходу. Імпровізований характер тактичного мислення обумовлений тим, що в процесі гри виникають непередбачені ситуації, вихід з яких спортсмен повинний знайти на місці, тому що «домашні заготівлі» тут не годяться.

Вірогідний характер тактичного мислення пов'язаний з відсутністю досить повних даних про супротивників, їх задуми, а також з тим, що унаслідок швидкої зміни ситуацій спортсмен не встигає їх класифікувати і шукати правильний хід. У цих умовах необхідно приблизне, але миттєве рішення.

Тактичне мислення гарно розвивається в спортивних іграх, однак цей розвиток повинний проходити не стихійно, а під керівництвом учителя фізичної культури.

4. Пам'ять в навчальній діяльності учнів. Закріплення в пам'яті навчального матеріалу.

Пам'яттю називається запам'ятовування, збереження і відтворення людиною образів, думок, емоцій, рухів, тобто всього того, що складає його індивідуальний досвід.

Пам'ять характеризується не тільки обсягом, але і міцністю того, що запам'яталося. Останнє залежить від ряду факторів: яскравості того, що запам'ятовується, його значимості для учня, індивідуальних особливостей учнів, а так само від числа повторень.

Повторення може бути двох видів: пасивні й активні. Пасивні повторення полягають в сприйнятті уже знайомого; активні повторення – у відтворенні вправи слідами, що осталися від показу й опису вправи вчителем, а також власному виконанні вправи.

Для того щоб повторення було ефективним, учителю фізичної культури потрібно врахувати наступні моменти:

1. Уявлення про вправу, що формується в учнів, повинне бути правильним, а не перекрученим. Особливо це стосується параметрів рухів. У протилежному випадку, повторюючи, учень буде закріплювати помилки.

2. Повторення доцільно починати відразу після показу і пояснення, тому що найбільше забування відбувається в перші хвилини відстрочки.

3. Великий за обсягом матеріал потрібно поділяти і повторювати по частинах. Вивчивши частини, їх потрібно з'єднати в цілу вправу і повторювати уже всю комбінацію відразу.

4. Збереження матеріалу залежить від характеру діяльності, що передувала запам'ятовуванню чи впливає відразу після нього. Давати іншу діяльність відразу після запам'ятовування нового матеріалу недоцільно. У цих випадках відбувається як би витиснення новими даними старих, і в пам'яті залишається вдвічі менше інформації. Це явище одержало в психології назву інтерференції.

5. Число повторень повинне бути трохи більшим того, що виявилось достатнім для першого повного відтворення матеріалу, що заучувався. Це створює певний «запас міцності» у пам'яті.

6. Запам'ятовування фізичної вправи відбувається з використанням різних видів пам'яті. Це ж відноситься і до запам'ятовування параметрів рухів.

7. Запам'ятовування складу елементів, що входять у вправу, і запам'ятовування їх послідовності – різні мнемічні функції. Тому запам'ятовування складу елементів не означає, що запам'ятався і порядок проходження. У зв'язку з цим запам'ятовуванню послідовності елементів вправи треба приділяти на заняттях особливу увагу.

8. У запам'ятовування варто включати всі основні види пам'яті: зорову, рухову, словесно-логічну. Виникаючі міжаналізаторні зв'язки, а також зв'язки між першою і другою сигнальними системами створюють

більш широкі можливості для переключення при пригадуванні навчального матеріалу.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Що таке неуважність осіб, що навчаються? Як її визначити?
2. Якими способами можна зберегти стійкість уваги учнів на уроці фізичної культури?
3. Назвіть способи, що підвищують ефективність сприйняття учнями навчального матеріалу на уроці фізичної культури.
4. Що таке спостереження? Назвіть його етапи?
5. Які типи сприйняття можуть бути в учнів?
6. Назвіть види мислення, охарактеризуйте їх.
7. Що таке тактичне мислення? Які його особливості?
8. При яких умовах стає ефективним повторення навчального матеріалу?

Питання для самостійної роботи:

1. Особливості використання різних видів уваги на уроці фізичної культури.
2. Властивості уваги і їх прояв при виконанні фізичних вправ.
3. Вікові особливості уваги школярів.
4. Сприймання в навчальній діяльності учнів.
5. Види сприймання.
6. Властивості сприймання та їх врахування в процесі фізичного виховання учнів.
7. Організація ефективного сприймання навчального матеріалу на уроці фізичної культури.
8. Мислення в навчальній діяльності учнів.
9. Поняття тактичного мислення.
10. Пам'ять в навчальній діяльності учнів.
11. Способи закріплення в пам'яті навчального матеріалу.

Тема 6. Психологічні основи формування особистості у фізичному вихованні.

Мета вивчення полягає в передачі психологічних-педагогічних знань та ознайомлення з основними проблемами виховання учнів на уроках фізкультури. Формування орієнтованої основи для розширення уявлень студентів про причини виникнення відхиленої від норми поведінки школярів та особливості роботи з девіантними учнями.

Навчальний час: 4 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Вирішення загальновиховних завдань на уроках фізичної культури. Двоплановість виховного впливу вчителя фізичної культури на учня
2. Формування моральності школярів у процесі занять фізичною культурою і спортом. Самовиховання учнів у процесі занять фізичною культурою.
3. Виховання учнів із відхиленням від норм поведінки у процесі занять фізичною культурою і спортом.

Література: 1, 2, 24, 25, 34, 37

Ключові поняття: виховання, девіантна поведінка, моральні якості особистості, самовиховання, самостійність, мала група, колектив.

Основний зміст

1. Вирішення загальновиховних завдань на уроках фізичної культури. Двоплановість виховного впливу вчителя фізичної культури на учня.

Виховання – це спеціальна система педагогічних впливів на учня з метою формування всебічно розвинутої особистості.

Виховання відрізняється від стихійних впливів оточення на людину наявністю усвідомленої мети і завдань, програми, застосуванням спеціально розроблених засобів, форм і методів впливу.

Процес виховання – двосторонній процес, який відбиває як педагогічні впливи, так і діяльність самих учнів. Однак ведуча роль у цьому процесі

належить педагогу. Він здійснює виховання окремої особистості як прямим шляхом (своїми впливами), так і опосередковано: через колектив школярів і через самовиховання учня, направляючи і те й інше.

Здійснюючи виховання, варто враховувати ряд моментів:

1. У вихованні важлива єдність позицій і вимог родини, школи і суспільства.

2. Виховується особистість у цілому; зміна однієї моральної якості позначається і на прояві інших моральних якостей, на всій поведінці дитини.

3. Процес виховання – тривалий і вимагає систематичних педагогічних впливів, а не окремих розрізнених виховних заходів. Тому вчитель повинний запастися терпінням і виявляти наполегливість.

4. Результати виховного процесу носять неоднозначний характер: той самий виховний вплив у різних ситуаціях і на різних учнів може дати різні результати: від «емоційного потрясіння особистості» (А.С. Макаренко) до повної байдужості до педагогічного впливу.

5. Система виховних засобів повинна бути мінливою, враховувати вік, стать, ступінь колективістських відношень і т.д.

6. Варто враховувати роль не тільки умов життя, але і біологічного розвитку організму, не переоцінюючи, але і недооцінюючи як той, так і інший фактор. Дитина не може по велінню вихователів переступити через особливості і можливості віку. Тому виховання школярів у визначені вікові періоди має свою специфіку.

7. Виховання має на меті підготувати дітей до дорослого життя. Однак при цьому не слід забувати, що і сьогоденне життя має для дитини цінність.

8. Виховний вплив вчителя повинен носити двох плановий характер: кожна вимога вчителя повинна сприйматися школярем не тільки як вимога уроку чи школи, але і як вимога до особистого і суспільного життя школяра. Відсутність двоплановості може привести до того, що в спортивній сфері учень проявляє моральність, а в побуті, в повсякденному житті

порушує норми моральної поведінки (хвастає спортивними досягненнями, потребує для себе особливих пільг тощо.)

I.C. Кон відзначає, що свою виховну роботу педагоги повинні оцінювати не стільки по тому, як їм удається передати молодим свої знання, переконання, скільки по тому, чи зуміли вони підготувати учнів самостійно діяти і приймати рішення в умовах, яких свідомо не було і бути не могло в житті попереднього покоління.

Формування колективу і виховання в ньому учнів при заняттях фізичною культурою.

Це означає формування в школярів колективістського світогляду, розуміння, що великі цілі досягаються тільки разом з іншими людьми. Спортивні і рухливі ігри, естафети, командні змагання при правильно поставленій меті виховують організованість, дисциплінованість, товариство, колективізм. Учитель фізичної культури повинний бути знайомий з основними соціально-психологічними закономірностями формування і життя колективу.

Кожен навчальний клас наближається за своїм чисельним складом до малої групи. Малою групою називають таку спільність людей, що має загальну мету, взаємодіє заради досягнення цієї мети і має відносну автономію існування.

Ступінь соціальної зрілості малих груп буває різна. Нижчий ступінь зрілості – це поєднання людей в одній групі заради спілкування, проведення певного часу в зв'язку з однаковими інтересами. Такі групи називають дифузними.

Проміжною стадією на цьому шляху може стати виникнення корпорації, тобто такої групи, у членів якої виникає свідомість групової приналежності, у результаті чого кожен учень класу може сказати про іншого: «Це один з нас»...

Вищою формою соціальної зрілості групи є колектив. Ним стає група, у якої мета діяльності суспільно корисна.

2. Формування моральності школярів у процесі занять фізичною культурою і спортом. Самовиховання учнів у процесі занять фізичною культурою.

Одним із базових моральних якостей є *відповідальність*. Вона визначає прояви таких якостей як мужність, стійкість, усвідомленість, самостійність тощо.

Формування почуття обов'язку і відповідальності на уроках фізкультури визначається *наступними умовами*:

- усвідомленістю школярами того факту, що здоров'я, уміння є цінністю не лише особистості, а й суспільства в цілому;
- визнання учнями, батьками, педагогічним колективом школи важливості і значимості фізкультури як загальноосвітнього предмету;
- виконання школярами різних доручень вчителя фізкультури: підготовка і прибирання після уроку інвентарю, ремонт спортивного оснащення, підготовка заходів, судійство і т.д.;
- участь школярів у змаганнях за честь класу, школи.

Важливого значення набуває і виховання такої характеристики як самостійність.

Самостійність – це здійснення людиною якої-небудь діяльності без сторонньої допомоги. Це і самостійне ухвалення рішення, і здійснення наміченого, і самоконтроль, а в ряді випадків – і взяття на себе відповідальності за справи і вчинки. Тому розвиток самостійності школярів йде разом з розвитком самосвідомості.

Мотиви прояву самостійності в школярів різного віку різні. Молодші діти, виявляючи самостійність, використовують її як засіб досягнення особистих цілей. У підлітків самостійні вчинки і дії відбуваються для того, щоб підкреслити своє право на самостійність. У старших школярів мотивом прояву самостійності є прагнення випробувати себе, перевірити свої можливості. Формування самостійності в навчальній і суспільній діяльності проходить ряд етапів, на кожному з яких рівень прояву самостійності різний.

На першому етапі самостійність школяра виявляється лише у виконанні того, що було заплановано одним вчителем чи разом з учнями. Це нижчий рівень розвитку самостійності.

На другому етапі самостійність виявляється як у виконанні, так і в самоконтролі за виконанням вправи.

На третьому етапі до виконання і самоконтролю приєднується і можливість самому планувати свою діяльність.

На четвертому етапі самостійність досягає вищого рівня розвитку і виражається уже в прояві учнями творчої ініціативи, тобто в самостійній постановці цілей і виборі способів їх досягнення, а також у прийнятті відповідальності на себе за свої справи і вчинки.

Успішне формування самостійності вимагає обліку ряду обставин і створення для учнів певних умов.

1. Розвиток самостійності можливий лише на основі придбання школярами знань і умінь, необхідних для навчальної і суспільної роботи в школі.

2. Розвиток самостійності повинен проходити під контролем учителя фізичної культури. Однак, здійснюючи цей контроль, учитель повинний знати міру. Зайва опіка учнів, сковування їх ініціативи негативно позначається на розвитку цієї особистісної якості.

3. З іншого боку, самостійність учнів не повинна вступати в протиріччя з керівною роллю вчителя: занадто велика впевненість учнів у своїх можливостях теж негативно позначиться на педагогічному процесі. Тільки сполучення самостійності учнів у розумних межах з контролем учителя може дати гарні результати. Учителем фізичної культури контроль може здійснюватися безпосередньо – шляхом спостереження за самостійною роботою учня і опосередковано – за допомогою карток-завдань і схем-конспектів.

4. Формуванню самостійності учнів сприяє інтерес до вправи, завдання.

Форми прояву самостійності на уроці фізичної культури. Урок фізичної культури дає учням можливість виявляти самостійність на різних рівнях (починаючи від нижчого і кінчаючи вищими рівнями).

1. Виконання вправи під власний рахунок, в оптимальному темпі, але в загальному строю і під контролем учителя.

2. Самостійне виконання вправ, що підводять, у паузах між підходами до снаряда, здійснення самоконтролю і взаємоконтролю за виконуваними діями.

3. Підбор вправ для розминки, для розвитку якостей з числа відомих уже учнем. Таким шляхом починається розвиток творчої ініціативи школярів на уроках фізичної культури.

4. Надання учням можливості вільного вибору вправ і композицій, що відповідають їхнім умінням і творчим можливостям (наприклад, при виконанні вправ під музику). Це буде стимулювати мислення, фантазію учнів.

5. Планування частини уроку і самостійне його проведення. Ця форма, доступна тільки старшокласникам, розвиває пізнавальну активність учнів, формує в них навички керування й організації, змушує зрозуміти складність праці вчителя й у кінцевому рахунку – бути більш свідомим на уроці фізичної культури.

6. Використання учнями на уроці фізичної культури технічних засобів навчання (діаскопів і т.п.) для показу фізичних вправ на діапозитивах.

7. Самостійне виставлення школярами на уроці оцінок. Ряд досвідчених учителів фізичної культури дозволяють учням виставляти собі оцінки за виконання фізичних вправ. Психологічний ефект цього способу розвитку самостійності полягає в тому, що оцінка перестає розглядатися учнями як покарання.

Форми прояву самостійності в позакласній роботі з фізичного виховання. Ще більш великі можливості для розвитку самостійності надає

позакласна робота школярів у сфері фізичної культури. здійснювана за завданням учителя.

1. Виконання школярами ранкової зарядки вдома (спочатку під контролем батьків, а потім і самостійно).
2. Виконання домашніх завдань учителя фізичної культури.
3. Здійснення самоконтролю за своїм фізичним розвитком. Для цього спочатку треба ознайомити школярів з найпростішими способами виміру, дати їм можливість навчитися користатися вимірювальними засобами – динамометром, сантиметровою стрічкою, медичними терезами, спірометром та ін.
4. Участь у суддівстві змагань.
5. Проведення щотижневого спортивного огляду в класі...Щоб спортивний огляд проходило цікаво й активно, весь клас повинний одержати домашнє завдання: знайти відповідь на спеціально підібрані питання...
6. Організація спортивних вечорів і свят у школі.

Прагнення до самовдосконалення, як відзначав Л.М. Толстой, виражається вже по тому, що вона ніколи не може бути задоволена собою. Розрізняють наступні *види самовдосконалення*: моральне, інтелектуальне і фізичне. Моральне самовдосконалення зв'язане із самовихованням. Інтелектуальне самовдосконалення зв'язане із самоосвітою. Фізичне самовдосконалення зв'язане із саморозвитком рухових якостей, формуванням рухових умінь. Отже, самовдосконалення є найважливішим шляхом формування себе як особистості, розвитку своїх здібностей, придбання знань і умінь.

Істотною перешкодою для самовдосконалення учнів є лінощі, відсутність у них наполегливості і цілеспрямованості. Труднощі цього процесу полягають у тому, що розвиток волі також є самовдосконаленням, тому не можна відкладати саморозвиток, самоосвіту і самовиховання доти, поки не сформується відповідна вольова якість: всі ці сфери розвиваються інтегровано.

Формування прагнення до самовдосконалення проходить через *три етапи*: 1) створення еталона поведінки і діяльності (ідеалу), якому учень хотів би наслідувати, 2) самопізнання і формування самооцінки, 3) цілеспрямована робота над собою.

3. Виховання учнів із відхиленням від норм поведінки у процесі занять фізичною культурою і спортом.

Відхилена поведінка (девіантна) є одним з проявів соціальної дезадаптації людини. На виникнення і розвиток девіантної поведінки впливають ряд різноманітних факторів.

Біологічні фактори виражаються в існуванні несприятливих фізіологічних або анатомічних особливостей організму дитини, що перешкоджає процесам його адаптації і соціалізації.

- *Генетичні фактори* (спадкові захворювання, вади).

- *Психофізіологічні фактори* пов'язані з впливом на організм підлітка психофізіологічних навантажень, конфліктних ситуацій, хімічного складу навколишнього середовища, нових видів енергії, що призводить до різних алергічних, соматичних хвороб.

- *Фізіологічні фактори* включають в себе різноманітні дефекти: дефекти мови, зовнішності, недоліки конституційно-соматичного складу підлітка, які в більшості викликають негативне ставлення з боку оточуючих, що призводить до перекручення системи міжособистих відносин підлітка в групі однолітків.

Психологічні фактори включають наявність у дітей психопатологій або акцентуацій окремих рис характеру. Ця поведінка виражається в нервово-психічних захворюваннях, психопатії, неврастенії станів, що підвищують збудливість нервової системи, забезпечуючи неадекватні реакції.

Соціально-педагогічні фактори виражаються в дефектах шкільного, родинного або суспільного виховання, в основі якого лежать статево-вікові та індивідуальні особливості розвитку дітей, які приводять до девіацій в ранній соціалізації підлітка, в період дитинства.

Навчальна дезадаптація школярів проходить в своєму розвитку наступні стадії:

- навчальної декомпенсації;
- шкільної дезадаптації;
- соціальної дезадаптації;
- криміналізація середовища вільного часу.

Важливим фактором виникнення девіантної поведінки являється неблагополуччя родини. Так як в залежності від стилю виховання у дітей може формуватися асоціальна поведінка. Назвемо ці стилі:

- дисгармонічний стиль виховання;
- нестабільний, конфліктний стиль виховання;
- асоціальний стиль виховання (в родині систематичне вживання алкоголю, наркотиків, з проявами маломотивованої «родинної жорстокості»)

Жорстоке ставлення до дітей включає широкий спектр дій, що спричиняють шкоду дитині з боку людей, які піклуються про неї. Ці дії можуть включати фізичні, емоційні страждання дітей, а інколи і сексуальне насильство. Діти, що підлягають таким діям, залишаються без відчуття безпеки, захищеності. Це призводить до усвідомлення дитиною того, що вона погана, непотрібна нікому, лишня у цьому світі.

Соціально-екологічні фактори включають соціальну нерівність, розділення суспільства на різні соціальні прошарки, безробіття, інфляція, соціальна, напруга. Все це особливо гостро сприймається дітьми і може негативно відбиватися на їх особистісних і поведінкових характеристиках.

Морально-етичні фактори проявляються з одного боку в низькому моральному рівні сучасного суспільства, порушення цінностей, особливо духовних, з іншого – в нейтральному відношенні суспільства до проявів девіантної поведінки.

Девіантною поведінкою дитина прагне досягти своїх цілей, так як безцільної поведінки не існує. Так, наприклад, такі типи поведінки, як

пустунство, дрібні порушення, крадіжки, переслідують мету – надати розрядку організму, зняти напругу. У дітей з девіантною поведінкою виникають відхилення як від дисципліни, так і від виховання, від особистого розвитку. Така поведінка дуже впливає на формування молодого характеру, який визначає майбутнє життя людини. Якщо таку поведінку своєчасно не зупинити або ж не змінити, то суспільство отримає неврівноважену, морально незрілу, схильну до різних впливів, без життєвих принципів і моральної основи, слабкої, неврастенічної людини.

Заняття фізкультурою та спортом сприяють формуванню здорової психіки дітей. Досвід роботи з «важкими дітьми» показує, що саме фізична культура та спорт сприяють розвитку позитивних рис характеру, знімають надмірну напругу, додають стеничних емоцій, формують колективістичні і емпатійні якості у дітей.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Що таке мала група? Чим вона відрізняється від натовпу?
2. Яку малу групу можна вважати колективом?
3. Які мотиви прояву самостійності в школярів молодших, середніх і старших класів?
4. Які спостерігаються етапи і рівні розвитку самостійності школярів?
5. Які умови сприяють формуванню в учнів самостійності?
6. У яких формах школяр може виявити самостійність на уроках фізичної культури і в позакласній спортивній роботі?
7. Які існують види самовдосконалення?
8. Який дітей відносимо до групи ризику?
9. Назвіть причини девіантної поведінки школярів і фактори, що її зумовлюють.

Питання для самостійної роботи:

1. Поняття малої групи і колективу.
2. Особливості виховання школярів на уроках фізичної культури.
3. Самостійність учнів і шляхи її розвитку.

4. Самовиховання у школярів та роль вчителя у цьому процесі.
5. Причини виникнення девіацій у школярів.
6. Можливості фізкультури і спорту в роботі з учнями «групи ризику».

Тема 7. Психологічні особливості активізації діяльності учнів на уроці фізичної культури.

Мета вивчення полягає в передачі психологічних-педагогічних знань та ознайомлення з основними проблемами активізації і створення позитивної мотивації до занять фізкультурою та спортом у школярів. Формування орієнтованої основи для визначення способів підвищення навчальної активності учнів загальноосвітньої школи на уроках фізкультури.

Навчальний час: 4 год.

План лекції (навчальні питання):

1. Види активності учнів на уроці фізичної культури.
2. Інтерес та задоволеність школярів заняттями фізичною культурою та фактори, які їх визначають.
3. Роль біологічного фактора для рухової активності школярів.
4. Способи підвищення навчальної активності школярів на уроках фізичної культури.

Література: 1, 13, 19, 24, 25.

Ключові поняття: активність, мотив, мотивація, інтерес, імпульсивність, сенситивність, збудженість, інтроверт, екстраверт.

Основний зміст

1. Види активності учнів на уроці фізичної культури.

У процесі навчання учні не повинні бути пасивними об'єктами впливу вчителя. Необхідно, щоб вони самі виявляли активність, спрямовану на оволодіння навчальним матеріалом. Для цього вчитель повинний формувати інтерес до занять фізичними вправами, цілеспрямованість учнів у розвитку в себе вольових, психічних і фізичних якостей, викликати в учнів задоволення від уроків фізичної культури.

Активність, що виявляється учнями під час занять, поділяють на пізнавальну і рухову. *Пізнавальна активність* пов'язана з проявом учнями уваги, сприйняттям ними навчального матеріалу, з осмислюванням інформації, з її запам'ятовуванням і відтворенням. *Рухова активність* - з безпосереднім виконанням фізичних вправ. Але при пізнавальній і руховій активності виявляється насамперед психічна активність.

Піклуючись про підвищення активності учнів на уроці, важливо керувати цією активністю, підкоряти її педагогічним завданням, тобто стимулювати організовану активність учнів. При поганій організації уроку понад половину рухів, що роблять учні, не співпадають з завданнями уроку.

Організована рухова активність школярів визначає моторну щільність уроку фізичної культури. Досягнення високої моторної щільності уроку не повинне бути самоціллю для учителя фізичної культури. По-перше, треба виходити із завдань уроку: підвищення рухової активності школярів не повинне йти на шкоду їх пізнавальній активності. По-друге, потрібно враховувати обмежені фізичні можливості школярів, необхідність для них періодів відпочинку після виконання серії фізичних вправ.

Фактори, що обумовлюють активність учнів на уроці фізичної культури можна розділити на дві групи (біологічні і соціальні).

До *соціальних факторів* варто віднести: особливості організації вчителем діяльності учнів на уроці, оцінку діяльності учня на уроці з боку вчителя і товаришів, задоволеність учнів уроками, наявність у них інтересу до фізичної культури і мети занять фізичною культурою. До *біологічних факторів* насамперед варто віднести потребу в рухах.

Ступінь активності учня на уроці визначається сукупністю цих факторів, однак, провідними для різних учнів можуть бути різні фактори.

Важливо знати спрямованість активності школяра, які цілі вона переслідує: егоїстичні чи колективістські, суспільні чи антигромадські.

2. Інтерес та задоволеність школярів заняттями фізичною культурою та фактори, які їх визначають.

Міняється значимість привабливих сторін фізичної культури з віком. Якщо молодші школярі виявляють цікавість до рухової активності взагалі (діти люблять побігати, пострибати, пограти, не дуже задумуючись над тим, що це є засобом їх фізичного і психічного розвитку), то підлітки займаються фізичними вправами уже з якоюсь конкретною метою. У старшокласників на першому місці знаходяться мотиви, пов'язані з їх життєвими планами, тобто з підготовкою себе для певної професійної діяльності.

Школярі виявляють і диференційований інтерес до різного програмного матеріалу. У молодших класах хлопчики віддають перевагу спортивним іграм, а дівчинки – рухливим...

З 4-го класу інтереси починають усе більше диференціюватися. Біля третини дівчинок віддають перевагу гімнастиці й акробатиці й у той же час не люблять загальнорозвиваючих вправ. Частина хлопчиків-шестикласників не люблять гімнастику і віддають перевагу легкій атлетиці. У всіх школярів цього віку спостерігається підвищений інтерес до спортивних ігор, особливо баскетболу, естафетам у виді змагань.

Починаючи з 9-го класу помітний різкий спад інтересу до важких і змагальних вправ. Це можна пояснити декількома причинами. По-перше, старші школярі в зв'язку з ростом самосвідомості починають піклуватися про свій престиж і чуйно реагувати на невдачі, що можуть бути під час змагань. По-друге, як показано в ряді досліджень, від молодших до старших класів позитивне відношення до уроку фізичної культури слабшає. Особливо це помітно в групах школярів із середнім і низьким рівнем рухової активності.

Знижується число школярів, які бажають займатися фізичною культурою у вільний час. У старших школярів інтерес до фізичної культури зберігається, якщо в них мається мета занять фізичними вправами. Щоб школярі виконували усі вправи сумлінно, треба формувати в них довгострокову мету відвідування уроків фізкультури – самовдосконалення.

Завданням учителя фізичної культури є формування в школярів цілеспрямованості, тобто прагнення досягти віддалену за часом мету.

Цілеспрямованість виникає тільки в тому випадку, якщо мета значима для школяра, відповідає його спонуканням і інтересам і вважається їм досяжною.

Реальність досягнення мети створює *перспективу особистості*. Перспектива (по А.С.Макаренку – «завтрішня радість»), додає цілям особливо сильний спонукальний характер. Але перспектива повинна бути безупинною, з постійно зростаючими по труднощам приватними цілями. Тому обов'язкова постановка вчителем близьких, проміжних і віддалених цілей.

Як найближчі цілі можуть виступати розучування якого-небудь елемента складної вправи, виконання вправи на витривалість і силу певну кількість разів і т.д. Як проміжні цілі можна назвати виконання спортивного нормативу, підготовку до прийому в ДЮСШ, оволодіння вправою. Кінцевими віддаленими цілями є розвиток якості до певного рівня, виконання розрядних нормативів, оволодіння умінням плавати і т.п. Від правильної постановки цілей залежить підтримка, а інколи і формування інтересу та цілеспрямованості школярів у сфері фізичної культури.

Підтримка інтересу і цілеспрямованості в школярів багато в чому залежить від того, чи мають вони задоволення від уроків фізичної культури, і чи формується в них задоволеність заняттями фізичною культурою.

Задоволеність учнів уроками фізичної культури і фактори, що її визначають.

Задоволеність – це узагальнене ставлення до якого-небудь процесу, у тому числі і до предмета й уроків фізкультури. Крім задоволеності уроками в школярів мається ще і ставлення до фізичної культури як навчального предмету, що характеризується, з одного боку, розумінням значимості цього предмета, а з іншого боку – чеканням того, що на цьому предметі можна задовольнити свої інтереси, потреби в руховій активності. Як показано Є.Г. Писанніковою, ставлення до фізичної культури в школярів як до предмету і як до уроку в абсолютній більшості випадків не збігається: протягом усього періоду навчання в школі ставлення учнів до фізичної культури як до

предмету залишається, як правило, на високому рівні, а відношення до уроку (задоволеність уроками фізичної культури) від молодших класів до старшого в значній частині учнів знижується.

За Д.Р. Кадирбаєвою: позитивно відносяться до уроків фізичної культури 67% третьокласників і тільки 18% десятикласників. Дівчатка раніш хлопчиків і більш масово змінюють позитивне відношення до уроку на негативне.

Серед факторів, що впливають на задоволеність школярів уроками фізичної культури, слід зазначити умови проведення уроку, а також взаємини з учителем фізичної культури і результати, що досягаються учнями.

Учні з негативним ставленням до фізичної культури як предмету частіше ходять на уроки заради одержання оцінки і щоб уникнути неприємностей. Учні з позитивним ставленням до фізичної культури як предмету частіше ходять на уроки, щоб розвивати рухові якості (хлопчики) і щоб поліпшити свою статуру (дівчата).

У старших класах багато учнів, причому як хлопчики, так і дівчата, ходять на уроки фізичної культури, щоб порухатися. Цей мотив частіше зустрічається в школярів з позитивним відношенням до фізичної культури як предмету.

Незадоволені уроками учні частіше ходять на фізкультуру заради оцінки й уникаючи неприємності, а вдоволені уроками – заради свого фізичного удосконалювання.

Мотиви відвідування школярами уроків фізичної культури впливають на навчальну активність учнів, хоча остання у великій мірі залежить від задоволеності школярів уроками фізичної культури: задоволені ними виявляють на уроках більшу активність, чим незадоволені.

Однак рухова активність визначається не тільки психолого-педагогічними факторами, але і біологічними, наприклад, збільшенням у дівчаток у період статевого дозрівання пасивної маси тіла, розвитком внутрішнього гальмування, що зменшує рухову «зарядженість» дівчат.

Ставлення до уроків фізичної культури позначається і на їхній відвідуваності: незадоволені учні частіше пропускають уроки без поважної причини.

Задоволеність змістом уроку залежить від його емоційності. Успіх уроку пов'язаний із професійним умінням вчителя залучати учнів у емоційне співпереживання на уроці.

У уроків фізичної культури маєтсья специфічне завдання, що відрізняє їх від інших шкільних уроків, - прищепити звичку займатися фізичними вправами, вести здоровий спосіб життя. Простим навчанням знанням і навичкам з області фізичної культури без спонукання емоційного відгуку в душах учнів вирішити це завдання неможливо. У той же час необхідно враховувати, що емоційне забезпечення уроку – це не самоціль, а засіб досягнення цілей уроку.

Серйозне значення учителю фізкультури варто надавати задоволеності учнів взаєминами з ним: адже від цього залежить і ставлення учня до предмету «фізична культура», і спонукання інтересу до фізкультури і спорту взагалі, і авторитет вчителя в очах учня.

3. Роль біологічного фактора для рухової активності школярів.

У кожної людини є всі природні процеси – відчуття, сприйняття, пам'ять, увага, мислення; у кожного загалом однакова будівля тіла, за тими самими законами функціонують мозок і інші фізіологічні системи. І в той же час усі люди різні, тому що в них різні особливості побудови тіла, перебігу нервових і психічних процесів, різні особливості особистісних властивостей. В особистості, таким чином, виявляється і загальне, і особливе, і одиничне.

Особливості людини можна розділити на *два класи*: властиві групі суб'єктів і властиві тільки даному суб'єкту. Перші пов'язані з типовим в особистості (від слова «типовий»), другі – з індивідуальністю.

Типологічні особливості властивостей нервової системи виявляються на різних рівнях: нейродінамічному, темпераментному, характерологічному. Типове на нейродінамічному рівні виявляється в різній виразності в різних

людей властивостей нервової системи – сили, рухливості, лабільності (нестійкості), балансу між порушенням і гальмуванням.

І.П.Павловим була зроблена спроба зв'язати типи темпераменту з певним сполученням типологічних особливостей. Так, І.П.Павлов вважав, що сангвінік – це людина із сильною, урівноваженою і рухливою нервовою системою, флегматик – із сильною, урівноваженою, але інертною нервовою системою, холерик – із сильною, але неврівноваженою (убік переваги порушення) нервовою системою, а меланхолік – людину зі слабкою нервовою системою.

В даний час стали очевидними слабкі сторони такого підходу. Сьогодні немає точного уявлення про те, що таке темперамент і які його типи. Поки ж говорять (В.С.Мерлін, В.Д.Небиліцин і ін.) про окремі властивості темпераменту.

На відміну від властивостей нервової системи, властивості темпераменту характеризують особливості психічної діяльності, а не фізіологічні процеси, хоча і зв'язані з останніми.

Сензитивність (підвищена чутливість) визначається найменшою інтенсивністю зовнішніх впливів, що викликають психічну реакцію людини (чим вище сензитивність, тим швидше з'являється психічна реакція).

Реактивність – характеризується легкістю й інтенсивністю психічної реакції людини (спонукання до дії).

Активність – енергійність людини в справах і вчинках (перевага процесів збудження). Активність школяра на уроках фізичної культури багато в чому визначається цією властивістю темпераменту.

Пластичність – легкість пристосування до нових умов; протилежна властивість – ригідність – означає відсталість, інертність установок, сповільненість переключення з однієї ситуації на іншу.

Екстраверсійність – спрямованість особистості зовні, на оточуючих людей, легкість установаження контактів з незнайомими людьми;

інтроверсійність – спрямованість особистості на себе, на власні думки і переживання, труднощі встановлення контактів з незнайомими людьми.

Тривожність (нейротизм) – підвищена схильність відчувати занепокоєння в різних життєвих ситуаціях.

Імпульсивність – схильність діяти по першому спонуканню, під впливом емоцій, чи потреб зовнішніх обставин. Імпульсивна людина не обмірковує свої вчинки, не зважає всі «за» і «проти».

Емоційна збудливість – це легкість емоційного реагування на якісь ситуації, обставини.

Кожна з властивостей темпераменту у визначених ситуаціях може виступати то як позитивна, то як негативна якість особистості. Наприклад, художні (експресивні, виразні) здібності краще виражені в сензитивних і реактивних, що важливо в художній і спортивній гімнастиці. У фігурному катанні, однак, ці люди менш стійкі до стресу.

4. Способи підвищення навчальної активності школярів на уроках фізичної культури.

Існує багато шляхів та способів підвищення активності учнів: правильне формулювання завдань на уроці, емоційне проведення уроку, створення позитивного соціально-психологічного клімату на уроці, усунення непотрібних пауз, дотримання дидактичних принципів тощо.

Емоційний фон є важливим чинником уроку. Він може змінюватись під час уроку залежно від самопочуття учнів, їх інтересу до фізичних вправ, оцінки їх діяльності. Урок фізичної культури стає радісним для школярів, коли вони рухаються, а не сидять на лавках, коли вони бачать посмішку вчителя, його жарт, коли бачуть результати своєї праці. На емоційність уроку мають вплив: обстановка уроку та поведінка вчителя, використання ігрового та змагального методів, різноманітність засобів та методів, які використовує вчитель на уроці, музичний супровід.

Найбільш типовими помилками при формулюванні завдань уроку є наступні: 1) вчитель перераховує вправи, які будуть виконувати учні на

уроці, замість того, щоб сформулювати завдання, яке потрібно виконати; 2) завдання, яке ставить учитель перед учнями має значення для нього, а не для них. (наприклад, учитель каже школярам: "Сьогодні у нас вдосконалення ведення м'яча" або: "Сьогодні у нас відпрацювання залікових вправ"); 3) вчитель ставить не конкретне завдання: навчитись метати; 4) учитель ставить не привабливі для учнів завдання; 5) завдання, поставлені вчителем, є недосяжними в межах одного-двох уроків. В цьому випадку в учня формується враження, що зусилля, які він затратив є марними. Тому він або знизить свою активність, або спрямує її на виконання тих вправ, які йому більше подобаються, краще вдаються, від виконання яких він одержує задоволення. Головною метою уроку для такого учня стає не одержання знань, формування умінь, розвиток якостей, а отримання задоволення від виконаної ним рухової активності.

Оптимальне завантаження учнів на уроці забезпечується: усуненням зайвих пауз, здійсненням постійного контролю за учнями, максимальним включенням у навчальну діяльність усіх без винятку учнів (навіть і звільнених від занять).

Активність учнів на уроці фізичної культури також визначається дотриманням учителем дидактичних принципів, зокрема: принципу оптимальної складності завдань, принципу прогресування складності навчальних завдань (від простого до складного, від легкого - до важкого), принципу зв'язку навчання з життям і практикою, принципу підкріплення, принципу диференційованого підходу до учнів, включаючи і принцип індивідуалізації.

Контрольні запитання. Завдання.

1. Які види активності учнів на уроці фізичної культури ви можете виділити? Яким повинне бути співвідношення між ними?
2. Як диференціюються інтереси школярів молодших, середніх і старших класів до різного навчального матеріалу на уроках фізичної культури?

3. Що таке цілеспрямованість? Як її сформувати і розвивати?
4. У чому виражається задоволеність учнів уроками фізичної культури? Які причини незадоволеності цими уроками ви можете назвати?
5. Які способи підвищення навчальної активності школярів на уроках фізичної культури.
6. Що таке «інтерес» і як його підтримувати на уроках фізкультури.

Питання для самостійної роботи:

1. Поняття активності і діяльності.
2. Види активності учнів на уроках фізкультури.
3. Поняття мотиву і мотивації, їх психологічна сутність.
4. Задоволеність учнів уроками фізичної культури і фактори, що її визначають.
5. Способи підвищення навчальної активності школярів на уроках фізичної культури.

Підсумкова тека

Змістовий модуль 1. Психологія фізичної культури та спортивної діяльності: становлення, сучасний стан.

Тема 1. Загальнонаукова характеристика психології фізичної культури та спортивної діяльності.

1. Підберіть відповідь з правильним визначенням науки “Психологія фізичного виховання та спорту” .

а) психологія фізичного виховання та спорту – це наука, що вивчає закономірності прояву, розвитку і формування психіки людини в специфічних умовах фізичного виховання і спорту;

б) психологія фізичного виховання та спорту – це галузь знань щодо вивчення людей та особливостей їх поведінки у спортивній діяльності;

в) психологія фізичного виховання та спорту – це діяльність фахівців-психологів щодо визначення принципів та розробки рекомендацій, які сприяють заняттям спортом дорослих та дітей;

г) психологія фізичного виховання та спорту – це діяльність спортивних психологів щодо проведення досліджень, навчання та консультації у сфері фізичної культури.

2. Основним фактором реалізації фізичного виховання є :

а) режим дня та харчування, додержання правил особистої гігієни;

б) рухова активність;

в) сонце, повітря, вода;

г) матеріальна база (спортзал, м'ячі, майданчики).

3. Основний зміст спортивної діяльності це:

а) раціонально спланований та проведений навчально-тренувальний процес;

б) перемога на змаганнях та турнірах;

в) комплексне проведення тренувань, що включає фізичну, технічну та тактичну підготовку;

г) підготовка до змагань та участь у них.

Тема 2. Психологічна характеристика діяльності й особистості учителя фізичної культури.

1. Діяльність вчителя здійснюється в декілька етапів:

а) відчуття і сприйняття педагогічної ситуації, показ фізичних вправ;

б) підготовка, виконання плану й оцінка досягнутого;

в) запам'ятовування і відтворення інформації та вирішення виникаючих по ходу діяльності завдань;

г) психічне настроювання на урок, показ фізичних вправ, створення умов для успішного здійснення діяльності.

2. Для вирішення педагогічних завдань вчитель фізичної культури виконує різноманітні функції:

- а) аналіз педагогічної ситуації та висування гіпотези;
- б) прогностична оцінка способів мети і вибір кращого;
- в) проектувальні, організаційні, освітні, виховні, адміністративно-господарські тощо;
- г) мотиваційні, перцептивні, мнемічні, розумові, імажинітивні, рухові.

3. Діяльність учителя фізичної культури протікає специфічних умовах:

- а) необхідності переключення з однієї вікової групи на іншу (з огляду на психологію дітей різного віку);
- б) великого навантаження на мовний апарат, голосові зв'язки;
- в) виборі способів досягнення мети, коректування плану уроку в зв'язку зі зміною ситуації;
- г) психічного напруження, фізичного навантаження, врахуванням зовнішньосередових факторів.

Тема 3. Психологічні основи професійної майстерності вчителя фізичної культури.

1. Майстерність учителя фізичної культури базується на наступних компонентах:

- а) педагогічна спрямованість,
- б) знання, уміння;
- в) професійно важливі якості особистості та авторитет;
- г) всі вказані вище.

2. Авторитет учителя фізичної культури складається з наступних компонентів:

- а) принциповість, строгість;
- б) знання, вміння у сфері фізичної культури і спорту, спортивний статус в минулому;
- в) вік, посада, статус вчителя як педагога, моральність;
- г) успішність в особистому житті.

3. Найбільш доцільним і сприйнятним є наступний стиль керівництва вчителя:

- а) демократичний;
- б) ліберальний;

- в) авторитарний;
- г) поєднання всіх трьох стилів керівництва залежно від педагогічної ситуації.

Тема 4. Педагогічне спілкування як засіб виховання і навчання учнів.

1. У залежності від числа людей, розрізняють наступні види спілкування:

- а) безпосереднє (наприклад, при зустрічі) і опосередковане (наприклад, обмін листами);
- б) ділове (на заняттях у школі, під час позакласної та позашкільної роботи) і неділове (у вільний від навчальної діяльності час);
- в) короткочасне, тривале, соціально-орієнтоване;
- г) міжособистісне, індивідуально-групове, міжгрупове.

2. До зовнішніх факторів спілкування відносяться :

- а) ситуація та обстановка спілкування, особливості колективу учнів, відношення учнів до вчителя;
- б) психологічні установи учнів, їхні вікові та статеві відмінності;
- в) соціальний статус учня в класі та його морально-політичне обличчя;
- г) рівень інтелектуального розвитку учня, його інтереси, схильності, комунікабельність.

3. У процесі педагогічної діяльності формуються наступні групи умінь спілкування:

- а) моделювання педагогічної ситуації, мікровикладання, міні-курси з демонстрацією фільмів про досвідчених учителів;
- б) навчальні тренінги, робота над собою, мікрокурси;
- в) організаційні, перцептивні, оперативні;
- г) стимулювання ініціативи учнів, ввічливість і привітність з учнями, динамічність і гнучкість у спілкуванні.

Змістовий модуль 2. Учні як об'єкт діяльності вчителя фізкультури і суб'єкти пізнання.

Тема 5. Психологічні передумови навчання на уроках фізичної культури

1. Визначити уважність учня можна наступними способами:

- а) по розумінню учнями важкого матеріалу;
- б) по відсутності відчуття дискомфорту та швидкого стомлення учнів;
- в) по дотриманні правил безпеки на уроках та відсутності помилок при виконанні складних технічних вправ;

г) по зовнішньому вигляду учня і задаючи питання по ходу пояснення і показу навчального матеріалу.

2. Для забезпечення ефективного сприйняття учнів навчального матеріалу використовують наступні заходи:

а) поступове розкриття у вправі, що розучується, нових нюансів, показ різних варіантів вправи;

б) формування уміння спостерігати, пред'явлення оптимального обсягу інформації, облік індивідуальних особливостей сприйняття;

в) усунення причин негативного відношення учня до вправи, що розучується; стимулювання уваги учнів в окремі моменти уроку підкресленням важливості виконуваної вправи;

г) вибору оптимального темпу роботи, різноманітністю роботи з уведенням змагальних моментів, ігор, естафет тощо.

3. Закріплення в пам'яті навчального матеріалу залежить від наступних факторів:

а) чітко ставити мету, завдання уроку, розбиваючи поурочне завдання на етапи;

б) не просто пояснюючи, а міркуючи над більш ефективним способом рішення завдання;

в) яскравості того, що запам'ятовується, його значимості для учня, індивідуальних особливостей учнів, числа повторень;

г) показуючи логічний зв'язок між окремими завданнями, щоб перехід від одного завдання до іншого був свого роду продовженням того самого процесу.

Тема 6. Психологічні основи формування особистості у фізичному вихованні.

1. Підберіть відповідь з правильним визначенням інтелекту:

а) інтелект – це енергійність людини в справах і вчинках;

б) інтелект – це спрямованість особистості зовні, на оточуючих людей, легкість установлення контактів з незнайомими людьми;

в) інтелект – це розум, властивість особистості, що визначає готовність людини до засвоєння, збереження, розвитку і використання знань...;

г) інтелект – це схильність діяти по першому спонуканню, під впливом емоцій, чи потреб зовнішніх обставин.

2. Підберіть відповідь з правильним визначенням здібностей:

а) здібність – це легкість й інтенсивність психічних можливостей людини (спонукання до дії).

б) здібність – це яскравий прояв якої-небудь функції у визначеному якісному вираженні за рахунок неявних у людини задатків;

в) здібність – це успішне використання людиною знань і умінь у професійній діяльності;

г) здібність – це використання раніше прийнятого досвіду для здійснення якої-небудь діяльності.

3. На виникнення і розвиток девіантної поведінки впливають такі фактори:

а) біологічні та генетичні фактори (спадкові захворювання, вади);

б) психофізіологічні, пов'язані з впливом на організм школярів психофізіологічних навантажень, конфліктних ситуацій тощо;

в) фізіологічні фактори, що включають в себе різноманітні дефекти: дефекти мови, зовнішності, недоліки конституційно-соматичного складу тощо;

г) психологічні фактори та всі вище вказані.

Тема 7. Психологічні особливості активізації діяльності учнів на уроці фізичної культури.

1. Цілеспрямованість до занять фізичною культурою виникає в учнів в тому випадку, якщо:

а) фізичні вправи викликають задоволеність та потребу в рухах;

б) мета значима для школяра, відповідає його спонуканням і інтересам, і вважається їм досяжною;

в) запровадити в уроках і в позаурочній роботі виконання важких та змагальних вправ;

г) спрямовувати школярів на сумлінне виконання вправ різнобічного впливу на їх організм.

2. Серед факторів, що впливають на задоволеність школярів уроком фізичної культури слід зазначити:

а) одержання оцінки та уникнення неприємностей;

б) колективні, суспільні та громадські інтереси;

в) вміння вести здоровий спосіб життя, звичку займатися фізичними вправами;

г) умови проведення уроку і взаємини з учителями фізичної культури; результати, що досягаються учнями.

3. Підберіть відповідь з правильним визначенням інтересу:

а) інтерес – це перевага одного іншому без чіткого осмислення його причин, без досить вагомих аргументів;

б) інтерес – це упорядкована система поглядів особистості на природу, суспільство, людину;

в) інтерес – це стійке, позитивне відношення людини до активності, яке виникає після неодноразово випробуваного задоволення як від її процесу, так і від її результату;

Список основної літератури

1. Гогунів Е. Н. Психологія фізического виховання і спорту : учеб. посібник / Е. Н. Гогунів, Б. І. Март'янов. – М. : Academia, 2003. – 288 с.
2. Гогунів Е. Н. Психологія фізического виховання і спорту : учеб. посібник / Е. Н. Гогунів, В. І. Март'янов. – М. : Academia, 2000. – 288 с.
3. Гуменюк Н. П. Психологія фізического виховання і спорту / Н. П. Гуменюк, В. В. Клименко. – К. : Вища школа, 1985.
4. Джамгаров Т. Т. Психологія фізического виховання і спорту / Т. Т. Джамгаров, А. Ц. Пуни. – М. : Фізкультура і спорт, 1979.
5. Ильин Е. П. Психологія фізического виховання : учеб. для ин-тов і фак. фіз. культури / Е. П. Ильин. – СПб : Изд-во РГПУ ім. А. И. Герцена, 2000. – 486 с.
6. Коломейцев Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде / Ю. А. Коломейцев. – М. : Фізкультура і спорт, 1984.
7. Кретти Б. Дж. Психологія в современном спорте / Б. Дж. Кретти. – М. : Фізкультура і спорт, 1978. – 222 с.
8. Марищук В. Л. Методики психодіагностики в спорте : учеб. посібник / В. Л. Марищук, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко, Л. К. Серова. – М. : Просвещение, 1990. – 256 с.
9. Мартенс Р. Социальная психология и спорт / Р. Мартенс. – М. : Фізкультура і спорт, 1979.
10. Найдиффер Р. М. Психология соревнующегося спортсмена / Р. М. Найдиффер. – М. : Фізкультура і спорт, 1979.
11. Некрасов В. П. Психорегуляция в подготовке спортсменов / В. П. Некрасов, Н. А. Худадов. – М. : Фізкультура і спорт, 1985.
12. Озеров В. П. Психомоторное развитие спортсменов / В. П. Озеров. – Кишинев : Штиинца, 1983.
13. Онищенко І. М. Психологія фізичного виховання і спорту : навч. посібник / І. М. Онищенко. – К. : Вища школа, 1975. – 190 с.

14. Пилоян Р. А. Мотивация спортивной деятельности / Р. А. Пилоян. – М. : Физкультура и спорт, 1984.
15. Попов А. Л. Спортивная психология : учеб. пособие для физкультур. вузов / А. Л. Попов. – М. : МПСИ; Флинта, 1999. – 151 с.
16. Психологические вопросы физического воспитания в школе. – М., 1966.
17. Психология и современный спорт : сб. науч. работ психологов спорта. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – 326 с.
18. Психология спорта высших достижений : учеб. пособие для студ. ин-тов физ. культуры / под ред. А. В. Родионова. – М. : Физкультура и спорт, 1979. – 144 с.
19. Пуни А. Ц. Очерки психологии спорта / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1959.
20. Пуни А. Ц. Психология / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1974.
21. Рогов Е. И. Учитель как объект психологического исследования : пособие для школ. психол./ Е. И. Рогов. – М. : ВЛАДОС, 1998. – 494 с.
22. Родионов А. В. Психодиагностика спортивных способностей / А. В. Родионов. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – 216 с.
23. Родионов А. В. Психофизическая тренировка / А. В. Родионов. – М. : ТОО "Дар", 1995.
24. Рудик П. А. Психология / П. А. Рудик. – М. : Физкультура и спорт, 1958. – 501 с.
25. Рудик П. А. Психология / П. А. Рудик. – М. : Физкультура и спорт, 1974. – 239 с.
26. Семиченко В. А. Психология общения: Модульный курс (лекции, практ. занятия, задания для самост. работы) для преп. и студ. / В. А. Семиченко. – К. : "Магистр-S", 1998. – 151 с.
27. Синайский М. М. Систематика соревновательных действий спортсменов по критериям результатов / М. М. Синайский, А. Л. Попов // Теория и практика физической культуры. – 1996. – №2. – С.

28. Спиридонов Н. И. Самовнушение, движение, сон, здоровье / Н. И. Спиридонов. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – 88 с.
29. Справочник по психиатрии / под ред. А. В. Снежевского. – М. : Медицина, 1985.
30. Станкин М. И. Психолого-педагогические основы физического воспитания : пособие для учителя / М. И. Станкин. – М. : Просвещение, 1987. – 224 с.
31. Станкин М. И. Учитель физической культуры: личность, общение / М. И. Станкин. – М., 1993.
32. Станкин М. И. Этика спортивного педагога / М. И. Станкин. – М. : Знание, 1983.
33. Сурков Е. Н. Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях : словарь-справочник. – Спб. : ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1996.
34. Уэйнберг Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэйнберг, Д. Гоулд. – К. : Олимп. лит., 2001. – 335 с.
35. Фридман Л. М. Психологический справочник учителя / Л. М. Фридман, И. Ю. Кулагина. – М. : Просвещение, 1991. – 288 с.
36. Ханин Ю. Л. Психология общения в спорте / Ю. Л. Ханин. – М. : Физкультура и спорт, 1980.
37. Цзен Н. В. Психотренинг: игры и упражнения / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 268 с.
38. Швальбе Б.. Личность, карьера, успех / Б. Швальбе, Х. Швальбе. – М. : Прогресс-интер, 1993.

Список допоміжної літератури

1. Концепція фізичного виховання в системі освіти України //Фізичне виховання в школі. – 1998. – №2. – С. 2–7.
2. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет : учеб. пособие / И. Ю. Кулагина. – 5-е изд. – М. : Изд-во УРАО, 1999. – 176 с.

3. Леськів А. Д. Форми і засоби фізичного виховання молодших школярів / А. Д. Леськів, Н. В. Андрощук, А. Б. Дзюбановський. – Тернопіль :СМП “Астон”,2000. – 175с.
4. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К. : Олимп. лит., 1999. – 318с.
5. Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л. Б. Кофмана; авт.-сост. Г. И. Погадаев. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.
6. Нові нормативні документи з фізичного виховання // Освіта і управління. – 1999. – №1. – С. 172–185.
7. Новосельский В. Ф. Методика урока физической культуры в старших классах / В. Ф. Новосельский. – К. : Рад. шк., 1989. – 128 с.
8. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К. : Олимп. лит., 1997. – 584 с.
9. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (1-11 класи) //Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 1. – С. 2–24.
- 10.Романенко В. А. Двигательные способности человека / В. А. Романенко. – Донецк : Новый мир; УК центр, 1999. – 336 с.
- 11.Сергієнко Л. П. Контрольні і курсові роботи з теорії та методики фізичного виховання / Л. П. Сергієнко. – Херсон : Наддніпр. правда, 1997. – 72 с.
- 12.Сидоров А. А. Педагогика : учеб. для студ., аспирантов, преп. и тренеров по дисц. "Физ. культура" / А. А. Сидоров, М. В. Прохорова, Б. Д. Синюхин. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 272 с.
- 13.Физическая культура : учеб. для учащихся 5-7 кл. общеобразоват. учреждений / В. П. Богословский, Ю. Д. Железняк, Н. П. Клусов и др.; под ред. Г. Б. Мейксона и др. – М. : Просвещение, 1996. –143 с.
- 14.Шалар О. Г. Самоучитель по физической культуре / О. Г. Шалар. – Херсон : Персей, 2000. – 34 с.
- 15.Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Львів : ЛОНМІО. – 1996. – 232 с.

ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

Абстрагування (abstraction) – один з моментів пізнання, мисленнєва операція, яка виділяє окремі ознаки, елементи та відокремлює їх від властивостей, зв'язків предмета (явища) і від самих предметів (явищ). У процесі мислення людина відкидає випадкове, неістотне і прагне до пізнання необхідного, важливого, спільного, що характеризує даний клас предметів.

Абстрактне мислення – один із різновидів людського мислення. Сутність А. м. полягає у виробленні понять, суджень, умовиводів і здатності оперувати ними. Абстрактне (понятійне) мислення виростає на ґрунті узагальнення даних емпіричного пізнання.

Авторитарний (директивний, вольовий) стиль керівництва – базується на жорсткому способі управління, недопущені ініціативи, тотальному контролі.

Авторитет – загально визнаний вплив окремої людини або колективу, організації у різних сферах суспільного життя, що ґрунтується на знаннях, високих моральних якостях, досвіді.

Агресивність – емоційний стан і риса характеру людини, яка супроводжується імпульсивною активністю поведінки, афективними переживаннями – гнівом, злістю, ненавистю, ворожістю, прагненням заподіяти іншому травму (фізично або морально). В агресивному стані особа може повністю втрачати самоконтроль. Агресивність може бути спрямована і на себе.

Адаптація – процес і результат ефективної взаємодії особистості із середовищем, в результаті якого встановлюється відповідність між загальним рівнем найбільш актуальних на даний момент потреб особистості і наявним (перспективним) рівнем задоволення даних потреб, що визначає безупинний розвиток особистості.

Актив – найбільш діяльна, енергійна й активна частина соціальної групи, колективу.

Акцентуації характеру (– надмірна вираженість окремих рис характеру та їх поєднання, що є крайніми варіантами норми і межує з психопатіями.

Аналіз – мисленнєва операція, сутність якої полягає в уявному здійсненні поділу цілого на частини, елементи, у виділенні окремих його ознак.

Апатія – психічний стан людини, який спричинений переважною, важкими переживаннями або хворобою і який супроводжується індиферентністю, байдужістю, відсутністю інтересу до навколишніх явищ і подій, слабкістю, знесиленістю.

Асертивність – визначається як “неконфліктна поведінка”, “уміння вирішувати конфлікти”, поведінка людини (включаючи конфліктні ситуації) на основі таких якостей: 1) повага до себе, почуття власної гідності, чесність, протидія маніпуляції; 2) повага до інших, дружелюбність, визнання права інших на власну точку зору, позицію, невикористання стосовно інших маніпулятивних технологій; 3) використання при вирішенні конфліктних ситуацій принципу співробітництва.

Асоціація – соціальна група, в якій відсутня об’єднуюча їх спільна діяльність, організація та управління і в якій взаємовідносини опосередковуються особисто значимими цілями спілкування.

Аффект – короткочасне, бурхливе переживання людини (гнів, лють, жах, відчай, раптова радість), що виникає, як правило, у відповідь на сильний подразник. У стані А. знижується здатність людини осмислювати значення своїх дій і керувати ними.

Бажання – один із структурних компонентів розвитку вольового процесу: переживання людиною своїх актуальних потреб.

Бар’єри психологічні – внутрішня завада психологічної природи (страх, тривога, невпевненість, сором тощо), яка заважає людині успішно виконати певну дію.

Безпорадність – морально-психологічна риса окремих людей, що характеризується їх нездатністю або невмінням керувати своєю свідомістю і поведінкою, а це призводить до неможливості досягти успіхів у діяльності.

Безсилля – негативний стан людини, що характеризується неможливістю, нездатністю або невмінням виконати певну роботу, задовольнити певну власну потребу.

Взаєморозуміння – таке розшифрування партнерами повідомлень і дій одне одного, яке відповідає їх значенню з погляду їх авторів.

Виховання - організований педагогічний процес, у ході якого здійснюється цілеспрямований вплив на людину із метою розвитку її духовності, формування певних якостей.

Відчуття – психічний процес, що полягає у відображенні мозком окремих властивостей та якостей предметів і явищ об'єктивного світу, а також станів організму при безпосередньому впливі подразників на відповідні органи чуттів.

Вміння – засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок.

Воля – внутрішня активність особистості, пов'язана з вибором мотивів, цілепокладанням, прагненням до досягнення мети, зусиллям до подолання перешкод, мобілізацією внутрішньої напруженості, здатністю регулювати спонукання, можливістю приймати рішення та гальмувати поведінкові реакції.

Вольове зусилля – стан емоційного напруження, який мобілізує внутрішні ресурси людини (пам'ять, мислення, уяву тощо) і створює допоміжні мотиви для дії.

Вольовий процес – психічний процес свідомої і цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення бажаної мети.

Вольові дії – дії, які скеровані на досягнення свідомо поставленої мети і пов'язані з подоланням зовнішніх та внутрішніх труднощів.

Вольові якості – відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою.

Гармонійний розвиток – внутрішня і зовнішня узгодженість, цілісність і сумісність змісту й форми. Г. р. характеризує результативність освіти й виховання людини в поєднанні її духовного і фізичного стану, у звертанні уваги на її розумовий і емоційно-почуттєвий світ, на єдність слова і діла.

Геніальність – особистісна характеристика людини, найвищий ступінь її обдарованості, таланту. Г. людини виявляється у творчій діяльності (технічній, науковій, художній, організаційній), результати якої мають соціально-групову і вселюдську значущість. Г. включає вроджені та набуті завдатки і нахили індивіда за певних історичних умов творчості.

Гіпотеза – форма наукового припущення, істинність якого не доведена і потребує експериментальної перевірки. У психології на основі Г. роблять висновок про причинний зв'язок явищ, предметів, подій.

Гнів – психічний стан людини, фізіологічним механізмом якого є домінування процесів збудження в корі головного мозку, викликаних певними негативними подразниками. У психічному плані Г. виявляється під час негативних емоційних станів, супроводжується послабленням вольового і розумового контролю над свідомістю і поведінкою.

Дедукція – форма мислення, яка дозволяє на основі логічних правил з окремих загальних даних (передбачень, передумов) виводити нові, менш загальні, передбачення, висновки і т. ін. (Від загального до часткового).

Делікатність (такт) – морально-психологічна риса особистості, яка виявляється в її тонкому розумінні внутрішнього світу і психіки інших людей. Д. не природжена якість, вона формується в процесі цілеспрямованого виховання. Д. є свідченням високої внутрішньої культури людини, яка пов'язана з такими поняттями, як тактовність, повага до людської гідності тощо.

Демократичний стиль керівництва – стиль базується на колегіальності прийняття рішень, врахуванні думок і, по можливості, побажань підлеглих, передачі частини повноважень підлеглим; стиль заохочення, ініціативи.

Депресія – відчуття пригніченості, песимізму, занепаду духовних сил. Виникає внаслідок деяких психічних і загальних захворювань або як реакція на важкі життєві ситуації (смерть рідних, втрата життєвої перспективи, розчарування в чомусь або в комусь). Депресивний розлад, що буває за певних обставин у кожної людини, потрібно відрізнити від клінічної депресії як психічної хвороби.

Діяльність – специфічно людська форма активності, зумовлена потребами та спрямована на пізнання і перетворення світу.

Довготривала пам'ять – виявляється в процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на тривале зберігання та наступне використання в діяльності людини.

Довільна пам'ять – вид пам'яті, що характеризується усвідомленням мети щось запам'ятати.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Довільна увага своїм головним компонентом має волю.

Духовність – внутрішній стан людини, який є результатом розгортання, актуалізації смислу людського буття – духу, на основі самопізнання, самовизначення, самотворчості, самоактуалізації особистості. Д. характеризується онтологічністю, телеологічністю, аксіологічністю, синтетичністю.

Душа – внутрішній світ людини, частина людської особистості, що є центром її духовного життя.

Егоїзм – морально-психологічна риса особи; полягає в надмірній зосередженості на своєму “я”, замкненості у вузькому світі своєї індивідуальності.

Ейфорія – психологічний стан піднесеного настрою, що не виправданий реальністю, об'єктивними причинами. Е. називають також стан некритичного вдоволення (безпричинна радість, безтурботність, надмірна веселість).

Експеримент – метод психологічного дослідження, специфіка якого полягає в тому, що в ньому продумано створюється штучна ситуація, у якій досліджувана властивість виявляється найкраще і її можна точніше і легше оцінити. Існують такі види експериментів: природний, лабораторний.

Екстраверсія – спрямованість, в силу організації нервових процесів, відчуттів, переживань та інтересів індивіда, до зовнішнього світу. Осіб, для яких характерна екстраверсія, називають екстравертами.

Емоції – це особливий клас психічних явищ, що відображає у формі безпосереднього, швидкоплинного переживання важливості для життєдіяльності індивіда певних явищ і ситуацій, які діють на нього.

Емоційна пам'ять – виявляється в запам'ятовуванні людиною своїх емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не стільки самі по собі емоції, скільки предмети та явища, що їх викликають.

Емоційні процеси – специфічна форма психічного відображення суб'єктивного ставлення людини до предметів або явищ у формі безпосереднього переживання, приємного чи неприємного.

Емпатія – емоційний аспект розуміння іншої людини, здатність відгукнутися на її проблеми, уміння проникнути в переживання іншої людини, переживати разом з нею, співчувати їй.

Загальна психологія – вивчає ґрунтовні психологічні закономірності, формулює теоретичні засади та принципи психологічної науки, її понятійний і категоріальний апарати, систематизує і узагальнює емпіричний матеріал психологічних досліджень.

Забування – процес, зворотний запам'ятовуванню, виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятованого, зменшується його обсяг, виникають

помилки у відтворенні, воно стає неможливим і, нарешті, унеможлиблюється впізнання.

Запам'ятовування – процес пам'яті, який забезпечує відбір, прийом і фіксацію інформації.

Засоби навчання – джерела або спеціальні пристосування, які допомагають вчителю (викладачу) здійснювати навчальний процес, а учням (студентам) – вчитися. До засобів належать: слово вчителя (викладача), підручники, роздаткові дидактичні матеріали, навчальне обладнання, технічні засоби навчання тощо.

Звичка – схильність людини до відносно усталених, стандартних способів дій.

Згуртованість – ступінь міцності соціально-психологічних зв'язків у групі.

Здібності – психічні властивості індивіда, які є передумовою успішного виконання певних видів діяльності (набуття знань, умінь і навичок; використання їх у діяльності). Здібності є результатом розвитку задатків.

Знання – перевірені суспільно-історичною практикою результати процесу пізнання, відображені у свідомості людини у вигляді уявлень, фактів, суджень, теорії.

Зовнішня увага – вид уваги, яка спрямована на довкілля і зумовлюється зовнішніми подразниками.

Зосередженість – властивість уваги, яка означає не тільки відволікання від другорядного, а й гальмування побічних подразників, які не стосуються діяльності, що становить предмет уваги суб'єкта.

Ідеал – взірць досконалості, образ бажаного і уявлюваного майбутнього, приклад, взятий особистістю за зразок поведінки.

Ідеалізація – процес конструювання в уяві понять про об'єкти, які не існують у дійсності, але які мають певні прообрази в реальному світі.

Ідентифікація – в соціальній психології, уподібнення себе іншому.

Ілюзія – хибне сприймання об'єктивного світу, що виникає під впливом зовнішнього подразника або хворобливого стану нервової системи.

Індивід - біологічний організм, носій загальних спадкових якостей біологічного виду людина; представник людського роду – homo sapiens.

Індивідуальність – неповторне співвідношення особистих рис та особливостей людини (характер, темперамент, здібності, особливості протікання психічних процесів, сукупність почуттів тощо), що утворюють її своєрідність, відмінність від інших людей. І. – особлива і не схожа на інших людина в повноті її фізичних та духовних якостей.

Індукція – умовивід, в результаті якого на підставі знань про окремі об'єкти певного класу дістають загальний висновок, який стосується об'єктів цього класу.

Інтелект – сукупність загальних розумових здібностей: здатність орієнтуватися в навколишньому середовищі, адекватно його відображати, перетворювати, мислити, навчатися, пізнавати світ і переймати соціальний досвід; спроможність вирішувати завдання, приймати рішення, розумно діяти, передбачати.

Інтеріоризація – процес переходу від зовнішньої, реальної дії до внутрішньої, ідеальної.

Інтерес – емоційно забарвлене ставлення до навколишнього, спрямованість людини на певний об'єкт чи певну діяльність, викликану позитивним, зацікавленим ставленням до чогось, когось.

Інтроверсія – спрямованість, в силу організації нервових процесів, відчуттів, переживань та інтересів індивіда, на свій власний внутрішній світ. Осіб, для яких характерна інтроверсія, називають інтровертами.

Інтуїція – процес безпосереднього одержання знання за допомогою цілісного охоплення проблемної ситуації без дискурсивного його виведення й доведення.

Колектив – соціальна група вищого рівня розвитку з певною організаційною структурою, що поєднана цілями спільної суспільно-корисної

діяльності і має складну динаміку формальних та неформальних стосунків. Діяльність членів колективу визначається особистісно значимими і соціально визнаними цінностями.

Комунікабельність – риса особистості, здатність її до спілкування з іншими людьми, товариськість.

Конфлікт – особливий вид взаємодії, в основі якого лежать протилежні і несумісні цілі, інтереси, типи поведінки людей та соціальних груп, які супроводжуються негативними психологічними проявами.

Концентрація уваги – властивість, яка полягає у єдності її зосередженості та інтенсивності.

Короткочасна пам'ять - характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, негайним його відтворенням і нетривалим зберіганням.

Корпорація – соціальна група, об'єднана на основі внутрішніх, корпоративних, егоїстичних інтересів і намагається їх реалізувати “за будь-яку ціну”, в тому числі і за рахунок інших груп. Діяльність корпорації може носити асоціальний, а інколи антисоціальний зміст (група бізнесменів, банкірів, мафія).

Креативність – творчість, здатність до створення нового, оригінального.

Критичність мислення – виявляється в здатності людини не підпадати під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища або факту, виявляти цінне та помилкове в них.

Лабільність – здатність до швидких змін. Л. характеризується здатністю м'язових і особливо нервових тканин відповідати на подразнення максимальною частотою імпульсів. Л. психічних станів означає їхню швидку зміну.

Ліберальний – базується на тому, що роль керівника при прийнятті рішень стає номінальною, вказівки не даються, керують підлегли, діє принцип “своя людина”.

Лідер – особистість, що користується визнанням та авторитетом групи і за якою група визнає право приймати рішення про дії у важливих ситуаціях, бути організатором діяльності групи і регулювати відносини у групі.

Логічне мислення – вид мислення, що здійснюється з опорою на поняття, судження, закони логіки, не використовуючи емпіричних даних.

Маніпулювання – застосовувати маніпуляції, прийоми, дії) – вид психологічного впливу, спрямованого на неявне спонукання інших (іншого) до виконання визначених маніпулятором дій.

Методи наукових досліджень – це шлях досліджень, спосіб пізнання, прийоми і засоби, за допомогою яких здобуваються факти, використовувані для доведення положень, з яких, у свою чергу, складається наукова теорія. Основними методами у психології та педагогіці є спостереження, опитування, тестування, експеримент.

Мимовільна пам'ять – вид пам'яті, що характеризується фіксацією інформації без вольового зусилля, спрямованого на запам'ятовування.

Мимовільна увага – вид уваги, що виникає незалежно від наміру та мети людини під впливом найрізноманітніших подразників, які діють на той чи інший аналізатор організму.

Мислення – процес опосередкованого та узагальненого відображення свідомістю людини предметів і явищ об'єктивної дійсності в їхніх істотних властивостях, зв'язках і відносинах; вища форма відображення дійсності у психіці.

Міміка – рухи м'язів обличчя, одна із форм виявлення психічних станів людини (особливо емоційних – радість, сум, гнів тощо). М. посідає значне місце в процесі комунікації як додатковий засіб вираження та сприйняття емоційного стану людей, оскільки вона невіддільна від усього складу думок, дій, почуттів людини і є органічним виявом внутрішнього життя.

Мова – суспільно зумовлена система словесних знаків, яка слугує засобом спілкування в певному суспільстві.

Мовлення – процес спілкування засобами мови, мова в дії.

Мотив – спонукальна причина дій і вчинків людини.

Мотивація – сукупність мотивів, доказів для обґрунтування чогось, спонукання до діяльності; мотивування.

Мрія – створений фантазією образ бажаного майбутнього, що спрямований на перспективу життя і діяльності людини.

Навички – опанування до автоматизму способами використання певних засобів діяльності.

Навіювання – психічний вплив однієї людини на іншу (прохання, наказ, переконання), що має на меті актуалізацію або зміну певних установок, ціннісних орієнтацій або вчинків людини, яка виступає об'єктом навіювання.

Навчання – цілеспрямований педагогічний процес організації активної навчально-пізнавальної діяльності з оволодіння знаннями, вміннями і навичками, у ході якого здійснюється освіта людини, формується система відповідних компетентностей.

Намір – рішення людини виконати певну дію і домогтися певного наслідку. Н. пов'язаний з волею, він сам є вольовою установкою для людини. У цьому випадку Н. виступає як певне спонукання, що формується на ґрунті осмислення людиною мети і завдань, які стоять перед нею.

Наочно-дійове мислення – вид мислення, який полягає в тому, що розв'язання завдань включається безпосередньо в саму діяльність, здійснюється шляхом реального перетворення ситуації та виконання рухового акту.

Наочно-образне мислення – вид мислення, який полягає в оперуванні образами уяви.

Наполегливість – вольова риса, що полягає у здатності тривало, не знижуючи активності, домагатись поставленої мети, не зважаючи на труднощі та перешкоди.

Наслідування – особлива форма поведінки, яка полягає у відтворенні дій, ідеалів, рис характеру, манери творчості інших осіб. Н. може бути як несвідомим, мимовільним, так і свідомим, цілеспрямованим.

Настрій – загальний емоційний стан людини, що характеризує її життєвий тонус упродовж певного часу.

Неформальна група – створюється та існує поза рамками офіційно визнаних організацій. Цілі, структура та діяльність Н. г. визначаються на основі особистих інтересів її учасників.

Обдарованість – високий рівень задатків, схильностей особистості, сплав природженого і набутого індивідом.

Об'єктивність – неупередженість наукового осягнення дійсності, відображення об'єкта таким, яким він є сам по собі, у його різноманітних проявах і розвитку. Об'єктивне – це дійсність, яка існує поза й незалежно від свідомості суб'єкта.

Образна пам'ять – виявляється в запам'ятовуванні і відтворенні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей.

Образне мислення – конкретне мислення, яке реалізується у вигляді аналізу і поєднання образів.

Оперативна пам'ять – забезпечує запам'ятовування і відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності.

Організаторські здібності – сукупність психічних рис особистості, необхідних для успішного оволодіння організаторською діяльністю, її ефективного виконання.

Особистість – соціально-психологічна сутність людини, яка формується в результаті засвоєння індивідом суспільних форм свідомості і поведінки, суспільно-історичного досвіду людства. Особистістю ми стаємо під впливом суспільства, виховання, навчання, взаємодії, спілкування тощо. О. – ступінь привласнення людиною соціальної сутності. О. – соціальний індивід.

Пам'ять – пізнавальний психічний процес сприймання, запам'ятовування, збереження, відтворення і забування індивідом свого досвіду.

Педагогічний процес – динамічна взаємодія вихователя та вихованців, спрямована на досягнення поставленої виховної мети.

Педагогічний такт – почуття міри, дотримання правил порядності. Він проявляється в умінні тримати себе порядно, висувати розумні і педагогічно обумовлені вимоги до учнів (студентів). Основою П. т. є глибоке знання психології людини, індивідуального підходу до неї.

Переживання – своєрідний психофізіологічний стан, у якому виявляється зацікавлене ставлення людини до когось, чогось, до об'єкта свого П. П. є універсальною психічною здатністю психічно здорової людини, воно супроводжує всі види діяльності людини, а також процеси її спілкування.

Переконання – усвідомлювані мотиви, які спонукають людину діяти відповідно до своїх поглядів і принципів; у педагогіці – метод виховання, який передбачає цілеспрямований вплив на свідомість вихованця з метою формування в нього позитивних морально-психологічних рис, спонукання до суспільно-корисної діяльності або подолання негативної поведінки.

Пізнавальна діяльність – процес відображення в мозку людини предметів та явищ дійсності. Вона складається із серії пізнавальних психічних процесів: відчуття, сприймання, уваги, пам'яті, уяви, мислення і мовлення.

Післядовільна увага – виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги, долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність зумовлює появу певного інтересу, а часом і захоплює її виконавця; тоді увага набуває рис мимовільного зосередження.

Поняття – одна з головних форм абстрактного мислення, за допомогою якої пізнається сутність предметів і явищ дійсності в їх істотних зв'язках і відносинах, узагальнюються їх істотні ознаки.

Порівняння – пізнавальна операція, що лежить в основі судження (міркування) про подібність або відмінність об'єктів.

Потяг – стан організму, у якому виявляється безпосередньо-чуттєве відображення потреби. Поняття П. пов'язане з осмисленням своєрідних внутрішніх сил організму, що спонукають його до дії.

Почуття – це специфічно людські, узагальнені, стійкі переживання ставлення до потреб, задоволення або незадоволення яких зумовлює позитивні або негативні емоції.

Пристрасть – сильне, глибоке й тривале почуття, пов'язане зі стійким прагненням людини до певного об'єкта.

Проблемна ситуація – ситуація або задача, для розв'язання якої суб'єкт має знайти й застосувати нові для себе знання чи способи дій; основне поняття проблемного навчання.

Психіка – 1) душа; 2) внутрішній світ людини; 3) сукупність психічних процесів як свідомих, так і несвідомих; 4) здатність мозку відображати об'єктивну дійсність у формі відчуттів, уявлень, думок та інших суб'єктивних образів об'єктивного світу (свідомість).

Психічні процеси – різні форми єдиного, цілісного відображення суб'єктом об'єктивної дійсності. Розрізняють такі основні види П. п.: відчуття, сприймання, пам'ять, уявлення, уява, мислення, мовлення, емоції, почуття, увага, воля. З давніх часів ці П. п. поділяють на: пізнавальні, емоційні та вольові.

Психічні стани – психологічна характеристика особистості, що відбиває її порівняно тривалі душевні переживання.

Психологічна культура особистості – сукупність психологічних знань, здібностей, вмінь, навиків, які допомагають успішному самопізнанню,

самовираженню і самовихованню особистості, а також успішному спілкуванню і взаємодії в різних соціальних групах.

Психологія - система знань (наука) про об'єктивні закономірності, прояви та механізми психіки.

Психологія спорту – досліджує закономірності поведінки людей в умовах спортивних змагань, методи відбору, підготовки, організації діяльності спортсменів та їхньої психологічної реабілітації після участі в змаганнях.

Радість – емоція, психічний стан підвищеної, позитивно забарвленої емоційної піднесеності.

Референтна (еталонна) група – реально існуюча або умовна група, погляди, норми та цінності якої є взірцем для особистості. Під її впливом вона формує свої життєві ідеали, вивіряє власні дії та вчинки.

Рефлексія – механізм усвідомлення індивідом чи групою того, як їх насправді сприймають і оцінюють інші індивіди чи групи.

Розумові дії – це дії з предметами, відбитими в образах, уявленнях і поняттях про них.

Рухова пам'ять – запам'ятовування, зберігання і відтворення людиною своїх рухів.

Самоактуалізація особистості – процес та результат повної реалізації талантів, здібностей і можливостей людини.

Самовиховання – свідоме, цілеспрямоване та самостійне діяльність особистості, що виникає в результаті її взаємодії з середовищем і впливає на її розвиток та вдосконалення.

Самоосвіта – самостійна діяльність суб'єкта, спрямована на оволодіння новими знаннями, вміннями, навичками і на вдосконалення набутих.

Самооцінка особистості – оцінка людиною своїх якостей, себе, рівня успішності власної діяльності, сприйняття своєї особи іншими людьми, виходячи з системи цінностей людини.

Самосвідомість – усвідомлення людиною себе самої як особистості: своєї діяльності як члена суспільства, стосунків з іншими людьми, рис характеру, власних дій та вчинків, їх мотивів, цілей, розумових, моральних, фізичних якостей тощо.

Свідомість – вища форма психіки, яка полягає в суб'єктивному відображенні об'єктивних властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються в ньому, своїх дій, у попередньому їх плануванні і передбаченні наслідків, у регулюванні взаємовідносин людини з природою і соціальною дійсністю.

Світогляд – інтеграція досвіду, знань і самосвідомості у цілісну та ціннісну картину світу, яка зумовлює життєву орієнтацію людини, її ставлення до дійсності і до самої себе. На відміну від філософії, яка є засобом теоретичного освоєння світу.

Сенсорний – чуттєвий, пов'язаний з відображенням дійсності за допомогою відчуттів і сприймань.

Синтез – в теорії пізнання розумова операція, пов'язана з мисленневою побудовою цілого із частин або поєднанням різних елементів, сторін об'єктів в єдине ціле.

Словесно-логічна пам'ять – запам'ятовування та відтворення понять, суджень, умовиводів, які відображають предмети та явища в їх істотних властивостях.

Совість – особистісна форма морально-емоційного самоконтролю, через яку здійснюється осмислення, контроль, санкціонування та критичний перегляд моральної діяльності особистості. В результаті самооцінки особистістю своїх вчинків, думок, бажань за певною ціннісною шкалою (за критеріями добра і зла, справедливості, порядності) може виникати почуття вини, гостре емоційно тривожне переживання невідповідності своїх думок або дій суспільно визначеним етичним зразкам бажаної і ідеальної поведінки.

Соціалізація людини – процес перетворення людської істоти на суспільного індивіда, утвердження її як особистості, включення у суспільне життя як активної сили.

Соціальна група – певна спільність людей, які поєднані на основі відповідних загальних ознак, що стосуються спільної діяльності і на підставі якої виникають певні психологічні утворення (соціальне почуття, інтереси та ін.).

Соціально-психологічна адаптація – процес та результат взаємодії особистості із соціальним середовищем, який характеризує стан особистості і соціального середовища, при якому особистість без тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів продуктивно включається в діяльність, задовольняє свої соціальні потреби та самостверджується.

Соціально-психологічний клімат – рівень міжособистісних стосунків, що виявляється як сукупність психологічних умов, які сприяють або заважають продуктивній діяльності особистості у групі; домінуючий настрій, морально-психологічна атмосфера, у якій виявляється властиве для членів групи ставлення до загальної справи і один до одного. Істотним показником С.-п. к. є рівень згуртованості групи.

Соціометрія – методика дослідження системи неформальних стосунків в певній групі в певний момент її існування. В основі лежить вимірювання відносин симпатій – антипатій, прийняття – неприйняття людьми одне одного, прихильностей, уподобань стосовно один одного.

Спілкування – взаємодія людей, яка полягає в обміні інформацією, діями та у встановленні взаєморозуміння.

Спостереження – метод психологічного дослідження, який полягає в спостереженні за об'єктом дослідження, реєстрації та поясненні психологічних фактів. Метод спостережень характеризується безпосереднім сприйняттям явищ і процесів у їхній цілісності і динаміці. Види спостережень: життєве і наукове, внутрішнє і зовнішнє, вільне і стандартизоване, включене і стороннє.

Сприймання – це психічний процес відображення людиною предметів і явищ у цілому, в сукупності всіх їх якостей і властивостей при безпосередньому їх впливі на органи чуттів; сукупність відчуттів.

Стиль управління (керівництва) – стійка сукупність особистісних та соціально-психологічних характеристик керівника, за допомогою яких реалізується той чи інший метод (методи) керівництва.

Стрес – система реакцій (емоційний стан) організму у відповідь на будь-яку висунуту до нього вимогу. У стресовому стані людина припускається помилок у розподілі і переключенні уваги, у неї порушується перебіг пізнавальних процесів (сприймання, пам'ять, мислення), спостерігається розлад координації рухів, неадекватність емоційних реакцій, дезорганізація і гальмування всієї діяльності. Стрес може здійснювати як позитивний, мобілізуючий, так і негативний вплив на діяльність (дистрес), аж до повної її дезорганізації.

Суб'єкт – суспільний організм, чия практична і пізнавальна активність спрямована на об'єкт. У психології С. є індивід або соціальна група, що цілеспрямовано діє з метою задоволення своїх практичних чи соціальних потреб.

Судження – форма мисленнєвого відображення об'єктивної дійсності, яка полягає у співвідношенні понять. В судженні ми стверджуємо наявність або відсутність ознак, властивостей або відносин у певних об'єктах. Наприклад: “Ця квітка червона”, “Сума кутів трикутника дорівнює 180 градусам” тощо. Судження існує, виявляється і формується в реченні, проте судження і речення – речі не тотожні.

Схильність – стійка орієнтованість людини на щось, бажання виконувати певну діяльність.

Такт (тактовність) – почуття міри, що підказує людині найделікатнішу лінію поведінки стосовно когось, чогось, уміння особи вести себе належним чином, виявляючи повагу до інших і зберігаючи почуття власної гідності.

Талант – високий рівень розвитку здібностей особистості. Це поєднання різного ступеня генетично зумовленої обдарованості з працею. Передумовою таланту є задатки людини, які можуть перетворитися на реальність при наявності сприятливих соціальних факторів.

Творчість – продуктивна людська діяльність, яка здатна породжувати якісно нові матеріальні та духовні цінності, що носять суспільно позитивний характер.

Темперамент – індивідуально-типологічна характеристика людини, що виявляється в силі, напруженості, швидкості та врівноваженості перебігу її психічних процесів.

Теоретичне мислення – вид мислення, що полягає в пізнанні законів, правил та оперуванні ними.

Тести – в психології та педагогіці система питань чи завдань, що дозволяє здійснити тестове дослідження.

Тривожність – емоційний стан людини, який виникає в умовах ймовірних несподіваних ситуацій: як при відстроченні, затримці приємних ситуацій, так і при очікуванні неприємностей. Тривожний стан людини характеризується стурбованістю, побоюванням, тугою.

Увага – це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється у спрямованості і зосередженості свідомості на вагомих для особистості предметах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях, при одночасному відволіканні від того, що не є предметом уваги.

Уміння – здатність людини усвідомлено застосовувати набуті знання.

Умовивід – одна з головних форм теоретичного мислення (поряд з поняттям і судженням), в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове; спосіб логічного зв'язку висловлювань.

Упевненість – психічний стан людини, коли в неї сумніви зведені до мінімуму або й зовсім відсутні. У. будується на знанні, тісно пов'язана з переконанням, однак переконання має цілком визначену практичну спрямованість, воно спонукає людину здійснити те, у чому вона впевнена.

Урок – форма організації навчальної роботи, яка відбувається в межах точно встановленого часу за розкладом, з певним складом учнів (студентів) для досягнення навчальних результатів.

Установка – стан готовності до певної активності, спрямованої на задоволення тієї чи іншої потреби.

Уява – процес створення людиною на основі досвіду образів об'єктів, яких вона ніколи не сприймала, своєрідна форма відображення людиною дійсності, в якій виявляється активний випереджальний характер пізнання нею світу.

Фантазія – процес створення людиною нових образів на основі пережитого. Суто людська психічна властивість, необхідний компонент творчої діяльності. Ф. тісно пов'язана з мрією і уявою. Може бути реалістичною і пустою, беззмістовною. Здатність до фантазії – важлива умова творчості.

Фізичне виховання – сукупність дій, спрямованих на розвиток організму, укріплення здоров'я, забезпечення гармонії фізичного та духовного розвитку людини.

Форми мислення – міркування, умовиводи, поняття.

Форми організації контролю навчання – засоби визначення якості навчання; з боку вчителя (викладача): фронтальний, груповий, індивідуальний, комбінований; з боку учнів (студентів): самоконтроль, взаємоконтроль.

Форми організації навчання – спеціально організована діяльність учителя (викладача) й учнів (студентів), яка відбувається за встановленим порядком у певному режимі (уроки, лекції, практикуми, семінари, екскурсії, факультативи, додаткові, індивідуальні заняття; домашня навчальна робота учнів (студентів).

Фрустрація – негативний стан організму, почуття, які виникають при блокуванні цілей, що їх особистість намагається досягнути, почуття розчарування, крах надії.

Характер – комплекс сталих психічних властивостей людини, що виявляються в її поведінці та діяльності, у ставленні до суспільства, до праці, до інших, до самої себе.

Хвилювання – емоційний психічний стан людини, зумовлений підвищеним збудженням нервової системи, перевантаженням її позитивними або негативними переживаннями.

Цілі освіти – набуття наукових знань, умінь і навичок, оволодіння якими забезпечує всебічний розвиток розумових здібностей учасників навчального процесу, формування світогляду, духовності, поведінки, системи відповідних компетентностей.

Ціль (мета) – ідеальне уявлення результату, який має бути досягнутий у ході людської діяльності.

Цінність – поняття, що фіксує позитивне або негативне значення будь-якого об'єкта чи явища для суб'єкта.

Черствість – морально-психологічна риса людини, що означає втрату здатності до переживання, хвилювання. Ч. свідчить про емоційну ущербність особи, неспроможність розділити радощі та печалі інших.

Щастя – граничне інтенсивне переживання людиною універсальності і глибини затвердження свого буття, максимальної відповідності наявного найзаповітнішим бажанням і мріям, моральна і емоційна насолода життям. Щ. відрізняється від найвищих ступенів задоволення саме соціально-етичним змістом.

Щирість – відвертість, правдивість; морально-психологічна риса людини, протилежна лицемірству, вона характеризує не зміст діяльності і стосунків людини, а їх відповідність мотиву, емоційну безпосередність.

Якість знань – характеристика результатів засвоєння знань, що має різні ознаки: повноту, глибину, усвідомленість, системність, гнучкість, конкретність, узагальненість, які виявляються через багатоаспектний аналіз результатів засвоєння та застосування знань.