

Вітченко А. М., Василенко Л. А.

Науковий керівник: Лисенко Л. Л.

ДО ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМОКОНТРОЛЮ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

В статті розкрито проблему формування навичок самоконтролю у дітей молодшого шкільного віку під час занять фізичною культурою. На основі аналізу літературних джерел та власного педагогічного досвіду визначено педагогічні умови забезпечення якісного формування навичок самоконтролю під час занять фізичною культурою.

Ключові слова: *здоров'я, самоконтроль, діти молодшого шкільного віку.*

Вступ. Одним із пріоритетних напрямів сучасності стає проблема формування культури здоров'я, що дозволить людині з перших кроків свого життя відноситися до власного здоров'я як до найціннішого, що в неї є. В дослідженнях сучасних науковців (О. Булгаков, П. Дуркін, В. Кузнецов, В. Сутула), актуалізується проблема необхідності виховання і розвитку усвідомленого відношення до фізичної культури, і здорового способу життя у свідомості дітей молодшого шкільного віку.

Важливим компонентом формування культури здоров'я дітей молодшого шкільного віку у процесі занять фізичними вправами є формування у них навичок самоконтролю, які є однією з функціональних ланок процесу саморегуляції та забезпечення виховання особистості, здатної до життя у високотехнологічному, конкурентному світі на основі вмілого управління власним функціональним станом.

Мета роботи – визначення педагогічних умов, які забезпечують успішне формування навичок самоконтролю у дітей молодшого шкільного віку.

Завдання роботи: визначити та охарактеризувати педагогічні умови формування навичок самоконтролю у дітей молодшого шкільного віку.

Методи роботи: аналіз, синтез та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення: В управлінні процесом фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку виникає потреба в реалізації освітнього завдання підготовки їх до самостійних занять фізичними вправами, дотримуючись умов свідомого й активного

дослідження школярами властивостей реакцій власного організму на навантаження, у зв'язку з цим актуальним є питання формування у них навичок самоконтролю.

Самоконтроль у процесі фізичного виховання – сукупність операцій (самоспостереження, аналіз, оцінка свого стану, поведінки, реагування), що здійснюється індивідуально як в процесі занять фізичними вправами, так і у процесі життєдіяльності [2]. Доцільним є впровадження систематичного ведення зошитів з фізичної культури з метою придбання і накопичення знань для майбутніх самостійних занять фізичними вправами в різні періоди самостійного життя, крім того дана інформація, яка міститься в зошиті, може допомогти вчителю фізичної культури здійснити індивідуальний підхід до фізичного виховання школярів.

Нами емпірично перевірено [1], що організація самоконтролю в процесі занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку через перевірку щоденників самостійного спостереження впливає на свідоме ставлення дітей до навчального процесу, збереження та зміцнення власного здоров'я.

Однак слід зауважити, що впровадження лише самого щоденника не вирішує проблему. Важливо виконуючи завдання самоконтролю, у школярів активізувати процеси самопізнання, досліджуючи індивідуальні властивості власного організму, особливості його реакцій на зміни зовнішнього середовища, впливу соціальних факторів, навчальних умов та інше.

Першою умовою забезпечення якісного формування навичок самоконтролю є перехід від системи навчання, яка формує знання, уміння та навички до навчання по оволодінню знаннями-інструментами, за допомогою яких формується глибоке цілісне сприйняття досліджуваних процесів, здатності до продуктивного мислення і подальшого самостійного наукового пошуку. Тобто розробка щоденників самоконтролю має передбачати такі завдання, які носять пошуковий характер і мають сприяти вирішенню задачі – навчити як навчатися і мислити, як застосовувати знання для розв'язання будь-якої проблеми фізичного удосконалення дітей.

Другою умовою є розвиток творчих здібностей дітей та забезпечення їх здатності до креативно-інноваційної діяльності. Завдання для самоконтролю мають бути сформовані таким чином, щоб діти могли творчо вирішувати конкретні педагогічні ситуації та різноманітні задачі.

Третьою – управлінський підхід. Відносини в процесі виконання різноманітних завдань самоконтролю між вчителем і учнями

відбуваються на рівні співробітництва і співтворчості. Досконале компетентне управління вчителем процесом формування навичок саморегуляції досягається за допомогою організаційної, контролюючої та коректуючої функцій педагогічного управління.

Висновки. Результати аналізу літературних джерел підтверджують, що проблема управління процесом фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку буде більш ефективною при актуалізації самоконтролю. Збільшення кількості об'єктивних і суб'єктивних показників самоконтролю приведе до більш ефективного аналізу індивідуальних властивостей дитячого організму. На наш погляд, дотримання умов забезпечення якісного формування навичок самоконтролю дозволить дітям навчитися більш точно управляти своїм функціональним станом.

Використані джерела

1. Вітченко А. М. (2012). Управління самостійною роботою молодших школярів у процесі зміцнення і формування власного здоров'я. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Випуск 98. Т. 3. Серія : педагогічні науки, фізичне виховання та спорт. Чернігів : ЧНПУ. № 98. С. 89–92.
2. Круцевич Т. Ю. (2012). Теорія і методика фізичного виховання. Київ: Олімпійська література, 367 с.

Vitchenko A. M., Vasylenko L. A.

Scientific supervisor: Lysenko L. L.

ON THE PROBLEM OF DEVELOPING SELF-CONTROL SKILLS IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

The article deals with the problem of developing self-control skills in primary school children while Physical Education lessons. According to the analysis of literary sources and our own pedagogical experience, we determined the pedagogical conditions for ensuring the quality development self-control skills of primary school children while Physical Education lessons.

Keywords: *health, self-control, primary school children.*

Стаття надійшла до редакції 23.04.2020 р.