

Отримані дані дозволяють сформувати уявлення про взаєморозподіл якісних і кількісних сторін фізичної підготовленості, рухової активності і фізичної працездатності.

Встановлені кількісні характеристики взаємозв'язку фізичної підготовленості з рівнем фізичної працездатності і обсягом рухової активності дозволяють зробити висновок про необхідність диференційованого підходу до вибору форм, засобів і методів організації фізкультурно-оздоровчої роботи.

КАТЕГОРІЯ “ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ” ТА ЇЇ ПРОЯВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ

ОКСАНА ЗВАРИЩУК

Львівський державний інститут фізичної культури

Однією з першорядних проблем нашого буття є питання здоров'я нації, особливо підростаючих поколінь. Нажаль стан здоров'я населення України має тенденцію до погіршення. Дані наукових досліджень свідчать, що кожний третій першокласник має різноманітні відхилення у стані здоров'я, а до завершення навчання, кожний другий учень має захворювання (О.М.Балакірева, 1995; С.І.Присяжнюк, 1998; М.В.Данилевич, 1999 та інші). Кількість випускників шкіл, які є практично здоровими за даними різних авторів складає від 5 до 25 % (М.І.Долішній, М.І.Злупко, 1997; А.В.Домашенко, 1998). Навчання у школі супроводжується дефіцитом рухової активності, нервовим перенапруженням, які пов'язані з необхідністю засвоєння та переробки учнями великої кількості інформації. Якщо до цього додати неякісне харчування, шкідливі звички, несприятливі екологічні умови життя, тоді стають зрозумілими причини погіршення фізичного стану, підвищення рівня захворюваності, що в комплексі породжує невпевненість молоді в завтрашньому дні.

Зі школи молода людина виносить великий обсяг теоретичних знань та різноманітних навичок, які використовуватиме в майбутньому. Чи формують уроки фізичної культури необхідність використовувати в майбутньому засоби фізичного виховання? Чи готові вони після закінчення школи взяти на себе відповідальність за власний фізичний стан після завершення шкільного курсу навчання? Чи відчуває учень потребу займатися фізичними вправами, чи вміє самостійно підібрати для цього засоби?

Відповідь на ці питання є ознакою сучасного підходу до проблем фізичного виховання школярів.

Метою даного дослідження є аналіз категорії “відповідальність”, як важливого чинника формування фізичної культури особистості.

Фізична культура і спорт мають стати щоденною потребою людини (Б.М.Шиян, 1993). Якщо почати виховувати цю потребу в шкільні роки, то можна забезпечити особі на майбутнє фундамент збереження працездатності, зміцнення здоров'я та творчого довголіття.

Потреба – це психологічний стан, що характеризується прагненням особистості до певних дій. В процесі виховання необхідно формувати у школярів такий стан, який характеризувався б прагненням до занять фізичними вправами з метою розвитку власних здібностей, зміцнення здоров'я.

Адже, шкільні роки для кожної людини є дуже відповідальним періодом у формуванні її особистості, яке майже завершується в старших класах.

Старшокласники чимало уваги приділяють самоаналізу, у них формується світогляд. Юнаки спроможні адекватно оцінити свої сильні та слабкі сторони, повністю володіють своїми психічними станами. Проте, вияв названих позитивних якостей можливий лише за умови кропіткої, систематичної, виховної роботи. Чинні методики фізичного виховання старшокласників в цьому контексті потребують серйозного перегляду та удосконалення.

Важливим напрямком удосконалення людини є підвищення мотивації до занять фізичною культурою, зокрема виховання відповідальності за власний фізичний стан. Поняття “відповідальність” використовується у різних галузях науки. Зокрема, у психології – відповідальність трактується як здійснення контролю над діяльністю суб'єкта, в етиці – це виконання моральних вимог, в юриспунденції – це передбачене законом і застосоване державою примусове обмеження або позбавлення правопорушника певних благ. З точки зору мовознавства – відповідальність тлумачиться, як взятий на себе або перекладений на когось обов'язок відповідати за певну ділянку роботи. Визначення “відповідальність”, як поняття давалось багатьма вченими. Аналізуючи поняття “відповідальність” вчені психологи виділили основні ознаки цього поняття: точність, пунктуальність, вірність особистості у виконанні обов'язків і її готовність відповідати за наслідки своїх дій. В інших, відповідальність - це сукупність об'єктивних вимог, які висувуються суспільством до окремих своїх членів, у вигляді норм, що виражають суспільну необхідність (С.Ф.Анісімов;1979), це добровільна, тобто внутрішньо прийнята реалізація необхідності, правил, вимог (К.А.Альбуханова-Славська, 1991) тощо. Низка авторів стверджує, що відповідальність є динамічною (К.Мудзибасв, 1983; М.В.Савчин, 1994). Одним із напрямків такої відповідальності є перехід від відповідальності за минуле до відповідальності за майбутнє. Прояв відповідальності за майбутнє – результат здатності суб'єкта усвідомлювати особисту відповідальність за

виконання своїх обов'язків і передбачити наслідки власних дій. Проте, від простої здібності усвідомлювати відповідальність до її перетворення у стійку якість особистості досить далеко. Тому, основним завданням системи виховання повинно бути виховання усвідомленої заздалегідь і добровільно прийнятої відповідальності.

Аналіз категорія відповідальності був би не повним без аналізу підходів до цієї проблеми зарубіжних авторів (Л.Берковіч, Ж.Піаже, А.Блазі). Окремі зарубіжні дослідники торкаються і особистісної сторони поняття відповідальності. Так, А.Блазі розглядає відповідальність як головну моральну інстанцію у розвитку уявлення про "Я". Остання проходить певні стадії та кризові періоди у розвитку. Такий погляд Н.Славіна на відповідальність пов'язаний з концепціями "Я – системи". Багато дослідників зазначають, що сформованість внутрішньої відповідальності є головним критерієм оцінки рівня моральної зрілості особистості в цілому. На їхню думку, для досягнення цього рівня насамперед треба відмовитися від буквальної інтерпретації правил та вимог. Діти мають розглядати правила і вимоги з точки зору усвідомлення цінностей, а не зовнішнього результату здійснюваних дій. При цьому підкреслюється, що особистість має відчувати перш за все відповідальність за вчинок, виходячи з усвідомлення його цілей та наслідків для оточуючих, а не з непорушності правила (М.В.Савчин, 1994).

У сфері фізичної культури відповідальність, як одна з провідних характеристик самоусвідомлення та самоконтролю особистості, визначає ставлення підлітка до занять фізичною вправами, свого фізичного стану та власного здоров'я. Іншими словами, старшокласники повинні бути готові довічно нести відповідальність за свій фізичний стан.

Ця проблема не має ще достатнього теоретико-методичного обґрунтування. Тому, завдання глибокого та всебічного наукового дослідження відповідальності за свій фізичний стан є, на наш погляд, актуальним.

За вченням С.А.Душаніна, 1980; Г.Л.Апанасенка, 1981 фізичний стан є сукупністю взаємопов'язаних ознак і в першу чергу таких факторів, як фізична працездатність, функціональний стан органів та систем, стать, вік, фізичний розвиток, фізична підготовленість. Лише на основі визначення фізичного стану людини можна перейти до планування дій і засобів з попередження факторів ризику захворювань. Та зміцнення і збереження здоров'я, підвищення працездатності (Н.Наумова, 1999).

Таким чином, виховання відповідальності є важливою науковою проблемою, яка у вітчизняній педагогіці фізичного виховання ще не знайшла достатнього осмислення і практичного втілення. Разом з тим саме формування відповідальності у старшокласників активно сприятиме покращанню фізичного стану. Механізмам виховання відповідальності будуть присвячені наші подальші дослідження.

Summary

OKSANA ZVARYSHCHUK

Lviv State Institute of Physical Culture

This research work is a try to analyze the category of responsibility as the important part of developing of a physical trained personality.

In this article we touched on the term responsibility and it's determination by different author, such as: Anisimow C.F., Slavina S., Savchyn M.V., Albukhanova - Slavsk K.A. Besides, some aspects on this problem were analyzed more in detail by foreign authors – Berkovich P., Piage J., Blazzi N., etc.

A special attention in our research work was paid to the lenders' responsibility for their physical fitness and also to the necessity of developing that strong feeling of responsibility info a need.

КОРИГУВАННЯ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ З ВИСОКОЮ ПСИХОРУХОВОЮ ЗБУДЛИВІСТЮ ЗА ДОПОМОГОЮ ВПРАВ ТА ІГОР З М'ЯЧЕМ KORYGOWANIE ZACHOWAŃ DZIECI Z NADPOBUDLIWOŚCIĄ PSYCHORUCHOWĄ ĆWICZENIAMI, ZABAWAMI I GRAMI Z PIŁKĄ

TADEUSZ RZEPA, ANDRZEJ ROKITA,
KRYSTYNA WĘGŁOWSKA – RZEPA

*Akademia Wychowania Fizycznego, Wrocław, Polska
Uniwersytet Wrocławski, Instytut Psychologii, Wrocław, Polska*

Problemy na jakie napotyka dziecko związane z rozpoczęciem nauki w szkole podstawowej dotyczą najczęściej umiejętności funkcjonowania w grupie rówieśniczej (Węglowska – Rzepa). Klasa którą tworzy zbiorowość dzieci wywodzących się z różnych środowisk społecznych, rodzinnych w których nabywają i prezentują różnorodne formy zachowania - czasami niezależne od niego staje się miejscem tworzenia nowych, nie zawsze akceptowanych form