

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра теорії і методики фізичної культури

## ЛЕКЦІЯ № 4

Проблематика формування особистості  
у процесі фізичного виховання

з дисципліни “ТіМФВРГН”  
для магістрантів 5 курсу ФФВ

Виконавець:  
доцент Маланчук Г.Г.

Лекція обговорена і затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури (протокол № \_\_\_\_ від “ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ року).

Зав. кафедрою,  
д.фіз.вих., професор

І.Р.Боднар



## ПЛАН

1. Роль та місце фізичної культури у формуванні особистості.
2. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання.
3. Особливості виховання вольових якостей у процесі фізичного виховання.
4. Особливості виховання естетичних смаків у процесі фізичного виховання.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учеб. для ин-тов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Раєвський Р.Т., Канішевський С.М., Домашенко А.В. Фізичне виховання як складова частина освіти учнівської молоді // Теорія і практика фізичного виховання: Науково методичний журнал. – 2002. – №1. – С. 31-37.
3. Теория и методика физического воспитания. Том 1. Общие основы теории и методики физического воспитания. Учеб. для институтов высших учебных заведений физического воспитания и спорта / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
4. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения / Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 367 с.

### **1. Роль та місце фізичної культури у формуванні особистості.**

Фізична культура як частина загальної культури здійснює суттєвий вплив на формування особистості. Фізична культура має відношення до духовної і матеріальної сторін. Достатньо виражені показники розвитку сили, спритності, витривалості мають високий кореляційний зв'язок з результатами

тестування таких особистісних проявів, як почуття гідності, сміливість, благородність або, навпаки, хитрість, підлабузництво.

Фізична культура як соціальне явище відображає певний рівень свідомості (чіткість мислення, пам'яті, переконань, почуттів).

У зміст фізичної культури входять різні види людської діяльності (рух, ігрова, соціально-політична, трудова, наукова діяльність) і всі вони певною мірою здійснюють свій вплив на розвиток особистісних якостей людини.

Фізична культура особистості – це втілення у самій людині результатів використання матеріальних і духовних цінностей, які належать до фізичної культури в її широкому сенсі, тобто засвоєння людиною необхідних знань, навичок, умінь і відповідних психічних властивостей, досягнутих на основі використання засобів фізичного виховання, спортивного тренування, фізичної рекреації.

Духовним компонентом фізичної культури особистості є сукупність знань в галузі усестороннього фізичного розвитку, уяви про взаємодію соціального і біологічного в реалізації цінностей фізичної культури.

Важливим елементом розвитку особистісних якостей у процесі занять фізичною культурою є засвоєння певної суми знань у даній області, а також формування відповідних переконань, поведінки, розвиток фізичних і психічних якостей.

На думку С.М. Канішевського (1999), до більш важливих показників, які характеризують фізичну культуру особи, належать:

- глибоке розуміння вимог суспільства до його членів: бути здоровими, працездатними, спроможними до якісного відтворення;
- постійні, стійкі інтереси та мотиви особи до фізичного вдосконалення;
- гігієнічні навички та звичка постійно турбуватися про своє здоров'я, загартованість і фізичну підготовленість;

- дотримання режиму рухової активності, рівня розвитку основних рухових якостей, витривалості, сили, спритності, бистроти, гнучкості;
- обсяг засвоєних рухових умінь та навичок, необхідних у життєвих ситуаціях, професійній діяльності та екстремальних умовах;
- володіння обсягом теоретичних знань з питань будови та функціонування організму, впливу фізичних вправ на його діяльність, практичне самовдосконалення.

## **2. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання.**

Великі можливості має навчально-рухова діяльність для вирішення завдань морального виховання, що обумовлено її змістом, який включає в себе розмаїття інтелектуальних, пізнавальних, емоційних і моральних компонентів, та формами організації, в яких поведінка учня відкрита для спостереження вчителем у різноманітних ситуаціях і емоційних станах (часто на межі людських можливостей). При цьому, наявність постійних тісних контактів і емоційність взаємовідносин відкривають перед педагогом можливості для створення необхідних для виховання ситуацій. Такі ситуації мають, наприклад, місце в умовах суперництва, що вимагає дотримання певних правил, норм спортивної етики, поваги до суперника

Методика формування моральної свідомості і поведінки повинна бути звернена до духовної суті учнів Сам зміст навчально-рухової діяльності включає ситуації, які можна використовувати для виховання почуття поваги до слабкого, почуття обов'язку і відданості, почуття відповідальності, власної гідності, гордості, совісті, сором'язливості тощо

Процес формування моральної поведінки і звичок пов'язаний з необхідністю використання методів заохочення і покарання, привчання і вправляння, які сприяють прояву і закріпленню необхідних і гідних способів поведінки

У моральному вихованні не треба забувати, що кожен вік своєрідний і вимагає вибору шляхів і засобів, що найкраще вплинуть на особу, яка

розвивається. Дотримання принципу індивідуальної о підходу передбачає відповідність педагогічних впливів до життєвого досвіду, сил і можливостей учнів. Діти, особливо підлітки, швидко стають дорослими. Тому важливо не допускати ускладнення різноманітних завдань, доручень, що вимагають максимальної відповідальності, напруження духовних, вольових зусиль. Необхідно також пам'ятати, що в межах одного віку, кожна особа неповторна. Вона має свої власні інтереси, захоплення, потреби, оцінки. Саме тому виховний процес, ґрунтуючись на індивідуальних особливостях учнів, повинен створювати можливості для виникнення і прояву нових, цінніших інтересів і потреб.

Добре відоме значення у виховній роботі яскравого морального прикладу Тут важливий і власний приклад вихователя, і приклади високого прояву моральних і вольових якостей кращих спортсменів на змаганнях, у творчій праці та побуті. На жаль, у фізкультурно-спортивній діяльності немало протилежних прикладів і фактів неетичної поведінки, розв'язаності, грубощів та ін. Обов'язок учителя — використовувати їх як фактор виховного впливу.

По-перше, фізичне виховання, окрім загально підготовчого, має прикладне значення для господарсько-трудої діяльності, формуючи рухові навички і вміння, що безпосередньо застосовуються в ній. У цьому випадку фізичне виховання є, по суті, однією з форм практичного господарсько-трудоого виховання.

Разом з тим, фізичне виховання, розвиваючи фізичні здібності і створюючи великий запас рухових навичок і вмінь, гарантує високу продуктивність у будь-якому виді праці.

По-друге, у процесі фізичного вдосконалення, яке досягається роками наполегливої праці, формується позитивне ставлення до праці взагалі У зв'язку з цим доречно привести слова П.Ф. Лесгафта, який говорив: «Я не високо ціную хлопчика, котрий не має пристрасті до ігор і розваг; такий хлопчик рідко пристраститься і до роботи»

По-третє, деякі види фізичної праці є складовою частиною процесу фізичного виховання, тобто при певній організації дають ефект, схожий з ефектом фізичних вправ, сприяючи розвитку фізичних якостей зміцненню здоров'я, або у формі обслуговуючої праці підвищують ефективність навчально-тренувальних занять (підготовка і прибирання місць занять, догляд за спортивним спорядженням, виготовлення спортивного інвентарю та приладів, будівництво спортивних споруд та ін.).

Велике значення вихованні мають спортивно-трудова літні табори відпочинку, що організовуються на час канікул дитячими спортивними школами або регіональними управліннями освіти.

Метою навчання в школі є формування особистості. Починаючи в родині, цей процес не може бути обмежений шкільним вихованням. Разом з тим саме на школу і її соціально-педагогічні зв'язки з іншими інститутами виховання покладена пріоритетна роль у формуванні особистості.

При вивченні фізичних вправ навчальна діяльність школяра набирає характер учбово-рухової діяльності. Спираючись на теорію діяльності і її ролі в розвитку людини (А. Н. Леонтьєв), ролі діяльності в навчальному процесі (Г. И. Щукина), варто визначити можливості фізичної культури як шкільного предмету і всієї системи фізичного виховання учнів у формуванні особистості.

Сучасна психологія, педагогіка правомірно затверджують, що моральна сутність людини виявляється в єдності його свідомості, поведінки і почуттів. Педагогіка фізичної культури ґрунтується на тім факті, що розривши, протистояння цих моральних категорій ведуть до трудносполнимим утрат усього процесу виховання. Гармонійний розвиток морального поведінки, свідомості і почуттів - сутність педагогіки фізичної культури, як і всієї педагогіки.

Досліджуючи роль навчальної діяльності в моральному вихованні учнів, І Васильєва підкреслює, що одним з головних джерел морального виховання в навчальній діяльності є її зміст. З цієї позиції зміст рухової-учбово-рухової діяльності в системі шкільного фізичного виховання

представляється наповненим великими можливостями для рішення задач морального виховання, тому що містить у собі все різноманіття інтелектуальних, пізнавальних, емоційних і моральних компонентів.

Інший підхід до навчання, що виховує, складається в розумінні значення форм організації навчальної діяльності на основі педагогіки співдружності, колективістичних отношениях. І при такому підході фізичне виховання володіє значним потенціалом, що виховує, обумовленими особливостями самої руховій-учбово-рухової діяльності, способами її організації.

Однієї з ведучих особливостей є наочність виконавчої функції руховій-учбово-рухової діяльності, коли поведження учня видно вчителю. Для практики виховання це вкрай коштовно. Адже одна справа - писати твір, допустимо, на тему "Про колективізм і індивідуалізм" і написати вірно, інше - проявляється ця моральна якість у визначених ситуаціях, якими так багато шкільне фізичне виховання.

Особливістю учбово-рухової діяльності є також відсутність строго регламентованого на відміну від інших шкільних предметів спілкування учнів. Наявність постійних тісних контактів, різноманіття й емоційність взаємин відкривають перед педагогом великі можливості для створення потрібних ситуацій. Такі ситуації містяться, наприклад, в умовах суперництва, що вимагає дотримання правил, норм спортивної етики, поваги до суперника.

Творче використання цих особливостей руховій-учбово-рухової діяльності дозволить учителю не тільки створювати конкретні ситуації, що виховують, але й оперативно реагувати на поведження учнів.

#### *Формування моральної свідомості.*

Моральність, духовність як стрижневі якості людини вимагають засвоєння системи моральних знань, понять, що є передумовою усвідомлення учнями своїх обов'язків і звичок поведження. Реалізація цих передумов складає одну з найважливіших задач учителя.



Одна з причин розриву знань і поведження учня криється в невмінні учителя вибудувати методику передачі знань але питанням моралі, забезпечити зв'язок знань з особистим моральним досвідом учнів. В основі подібної методики лежить техніка педагогічної мови - головний засіб спілкування вчителя з учнем. Функція, що виховує, адресована свідомості і почуттям учня. Однак не кожне слово, а те, що знайде точна адреса в кожному конкретному випадку.

При всьому значенні слова вчителя найбільші можливості розуміння і засвоєння основних моральних категорій закладені в самій учбово-руховій діяльності учня. Припустимо, учень нерішуче готується до стрибка через гімнастичний снаряд. Можна сказати; "Не трусися!" Сказати так - значить сказати: "Ти - боягуз!" Учитель надходить інакше: змінює черговість спроб. Тепер учень повинен стрибати першим. Усвідомлення того, що він - перший, ламає його боязкість, і він переборює снаряд. Це ситуація лідера сприяла самоствердженню, учень повірив у себе.

Формування моральної свідомості по перевазі зв'язано з методами словесного впливу на особистість. Використовувані вчителем розповідь, бесіда, диспут розкривають сутність норм моралі, праці, навчання.

Підсумком застосування цих методів повинне з'явитися перетворення моральних понять у життєву позицію особистості школяра, у моральні переконання.

#### *Формування досвіду морального поведження.*

Ефективність процесу морального виховання повинна оцінюватися ступенем злиття розуміння моральних норм із поведженням школяра. Основний недолік виховання -розривши моральних знань і поведження.

Моральне поведження складається з чинників, в основі яких лежать знання і переконання. Вчинок не з'являється на голому місці. Необхідно створити ситуацію вчинку. Створення конфліктних ситуацій, ситуацій вибору - найважливіший шлях перетворення моральних знань у вчинок.

Фізична культура містить великі можливості для виховання волі, сміливості, колективізму, уміння терпіти і т.д.

Важливе місце належить знаходженню моральних звичок, що формуються насамперед на основі потреби надходити при будь-яких обставинах так, а не інакше. Склад моральних звичок різноманітний. Їх розділяють на індивідуальні (звичка щодня- робити ранкову гімнастику, обтирання, загартовування й ін.) і соціальні (відношення до інших людей, ввічливість і т. д.). При всіх різноманітності моральних звичок процес їхнього формування зводиться до наступного правилам:

- необхідно знати, відсутність яких звичок заважає учню. Одному - нездатність доводити справа до кінця, іншому - розкиданість спортивних захоплень. А тому не слід формувати відразу кілька моральних звичок. Потрібно вибрати саме ту, у якій насамперед бідує учень;

- необхідна опора на позитивний зразок. Учень повинен бачити, що від нього вимагають і як ця звичка реалізується в поведженні, як вона повинна бути їм засвоєна;

- формування моральних звичок вимагає щоденної вправи в їхньому застосуванні. Пропущені день-два ведуть до руйнування звички;

- слід дотримувати до всіх учнів однакові вимоги при будь-яких формах фізичного виховання. Неприпустимо, щоб на секційних заняттях учитель пред'являв одні вимог, а на уроках - інші.

Необхідне виховання позитивної мотивації до формованої звички. Особливе значення при цьому грає індивідуальний підхід до учнів. Якщо немає інтересу до тієї чи іншої моральної звички, учень буде неї відкидати, а виходить, вона не перетвориться в моральне надбання особистості;

- контроль необхідний у всіх його формах: від прямих указівок до непрямих нагадувань {"Ти не забув?", "Мені здається, що вчора ти не виконав моє завдання" і т.д. );

- руйнування шкідливих звичок - процес дуже складний. Необхідно домогтися насамперед негативного відношення до дурної звички самого учня. Дуже важлива реакція інших учнів. Осуд колективом дурної звички стимулює до звільнення від її.

Процес формування морального поведіння і звичок часто зв'язаний з необхідністю використання методів педагогічної корекції (заохочення і покарання). Основне педагогічне значення цих методів полягає в тому, що в одному випадку вони викликають стан моральної задоволеності, стимулюють і закріплюють морально-коштовний учинок (заохочення), в іншому - гальмують негативні вчинки, викликаючи почуття сорому, незадоволеності своїм поведінням (покарання). Неоднозначність впливу методів корекції зобов'язує вихователя знати про деякі правила їхнього застосування.

Насамперед ефективність впливу методів залежить від авторитету вчителя. Авторитет незаперечний - тоді вчителю досить докірливо подивитися в очі учню. При відсутності авторитету саме строге покарання виявиться нейтральним.

Учитель повинен передбачити можливу реакцію колективу класу, ступінь і форми застосованої корекції поведіння. Реакція підтримуюча чи що відкидає або підсилить педагогічний вплив методу, або зведе його до нуля. Учитель похвалив, відзначив діяльність учня, а після виходу з залу колектив класу оцінив це заохочення як незаслужене. У таких ситуаціях ефект заохочення, як і покарання, зникає. Тому вчителю необхідно прогнозувати відношення колективу до обраних прийомів корекції поведіння. Злиття авторитет а вчителя й авторитету колективу - важлива умова використання методів корекції поведіння. Тільки при цьому умові вони будуть спонукати до моральних вчинків, сприяти розвитку колективної думки й авторитету колективу.

Формування моральних звичок, досвіду морального поведіння жадає від учителя творчого використання і таких методів, як вивчення і вправа. Вони сприяють закріпленню потрібних способів поведіння.

#### *Виховання моральних почуттів.*

Як би ні була досконало методика формування моральної свідомості, поведіння, але, якщо вона не звернена до духовної сутності людини, вона безпомічна. Сам зміст учеб-но-двигательной діяльності включає ситуації, що дозволяють використовувати їх для виховання почуття поваги до слабкого,

почуття чоловічого достоїнства і поваги до дівчинок, почуття боргу і вірності, почуття відповідальності, самолюбства, гордості, совісті, соромливості і т.д. В.А.Сухомлинский неодноразово звертав увагу на необхідність опори на духовний світ учня. Виховання, звернене тільки до розуму, свідомості учня, народжує в його відносинах з людьми байдужість і мстить тим, що створює порожнечі в його моральному вигляді. Почуття являють собою емоційне відношення до дійсності. По своїй спрямованості вони можуть відбивати інтелектуальне, естетичне, моральне відношення особистості до навколишнього світу. Розмаїтість інтелектуальних ("Я зрозумів", "Я догадався"), естетичних ("Гарно зробив вправу"), моральних ("Я пишаюся вчинком товариша") почуттів дозволяє вирішувати широке коло задач морального виховання, втягувати в сферу впливу всіх учнів. Серцеве відношення, взаємна довіра повинні бути основою педагогічної позиції вчителя у формуванні духовного світу дитини.

Усі форми фізичного виховання криють у собі широкі і специфічні можливості для виховання духовності особистості в ігрових і змагальних ситуаціях, наповнених емоціями. Виховати культуру їхнього прояву - найважливіша задача вчителя фізичного виховання. Виховуючи культуру емоцій у колективному спілкуванні, ми виховуємо особисту емоційно-моральну культуру особистості.

Такі моральні якості особистості, як чесність, благородність, скромність, колективізм, бажання робити добро, активно протистояти злу, допомагати слабшим, взаємоповага є складовими фізичної культури і виховання цих якостей повинно здійснюватися на заняттях фізичними вправами.

У процесі цілеспрямованого виховного впливу у ході навчальних занять та інших форм навчально-тренувальної роботи повинно формуватися розуміння:

- вдячності своєму тренеру, вчителю;
- самоутвердження серед товаришів;

- відповідальність перед державою.

При формуванні колективізму необхідно формувати ціннісні орієнтації:

- сприйняття цілей спортивного колективу як власних;
- не протиставлення себе колективу у будь-якій складній ситуації.

### **3. Особливості виховання вольових якостей у процесі фізичного виховання.**

Більшість з того що розуміють під «фізичним вихованням», являє собою одночасно і виховання волі. В процесі навчання рухів, удосконалення фізичних здібностей обов'язково приводяться в дію, виявляються і розвиваються вольові риси особи. Без цього немислима реалізація жодного завдання на шляху до фізичної Досконалості. Специфічними «фактами» виховання вольових якостей є систематичне додання постійно зростаючих труднощів. При цьому труднощі повинні відповідати можливостям учнів. Тобто, логіка процесу фізичного виховання і логіка виховання волі співпадають, тому що підпорядковані одним закономірностям і принципам (систематичність, прогресування, доступність). Крім названого, для виховання волі використовують (особливо в спорті) спеціальні завдання і установки, що вимагають подолання додаткових труднощів.

У процесі навчання рухів, удосконалення фізичних здібностей обов'язково виявляються і розвиваються вольові риси особи. Вихованню вольових якостей сприяє систематичне додання постійно зростаючих труднощів. При цьому труднощі повинні відповідати можливостям учнів.

У процесі занять фізичними вправами проявляються такі основні типи вольових зусиль:

- а) вольові зусилля при концентрації уваги. Вони необхідні для подолання відволікаючих чинників (суперники, публіка тощо). Вольові зусилля потрібні і для збереження уваги при втомі.

б) вольові зусилля при інтенсивних м'язових напруженнях. М'язові напруження, які проявляються у процесі виконання фізичних вправ, як правило, перевищують рівень тих, що мають місце в побуті. Це особливо виражено в ігровій та змагальній діяльності.

в) вольові зусилля, пов'язані з необхідністю долати втому під час тренувань і, особливо, змагань.

У цих випадках вольові зусилля спрямовані на подолання труднощів, обумовлених функціональними зрушеннями в організмі (небажання продовжувати роботу: біль, потреба терпіти).

г) вольові зусилля, пов'язані з подоланням негативних емоцій (страху, невпевненості, розгубленості тощо), які виникають внаслідок психічних травм, падінь, зустрічі з „незручними” суперниками та ін.

д) вольові зусилля, пов'язані з дотриманням певного режиму життя, тренування і харчування.

Оскільки процес фізичного виховання немислимий без прояву вольових зусиль, то вже самі заняття фізичними вправами сприяють вихованню вольових якостей.

#### **4. Особливості виховання естетичних смаків у процесі фізичного виховання.**

Фізичне виховання розширює сферу естетичного впливу навколишнього середовища на особу. В процесі занять фізичними вправами в контексті зв'язку з естетичним вихованням можна вирішувати такі завдання:

- виховувати здатність сприймати, відчувати й оцінювати красу в сфері фізичної культури та в інших галузях її прояву;
- формувати естетично зріле прагнення до фізичної досконалості,
- формувати естетику поведінки і міжлюдських стосунків у фізкультурній діяльності;
- виробляти активну позицію в утвердженні прекрасного.

Засоби естетичного виховання, які можуть бути використані у практиці фізичного виховання, можна об'єднати у такі групи:

- засоби, безпосередньо пов'язані з самою руховою діяльністю (основні види рухів, стройові вправи, види спорту);
- засоби мистецтва, які вводяться (музика, елементи танців);
- спілкування з природою (походи, екскурсії, загартування);
- естетична обстановка занять (естетичне оформлення інтер'єрів спортивних приміщень);
- спортивні свята.

Для вирішення завдань естетичного виховання в процесі занять фізичними вправами необхідно забезпечити відповідну естетичну спрямованість у застосуванні засобів і методів педагогічного впливу, підкреслюючи естетичні властивості фізичної культури, акцентуючи на них увагу. Великої уваги в цьому плані необхідно надавати естетичній оцінці дій учителя і учнів.