

# **ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

**Ханікянц О.В.**

## **ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ. ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНІКА, ЇЇ КОМПОНЕНТИ**

Лекція з навчальної дисципліни

### **«ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»**

Для студентів спеціальності 014.11 «Середня освіта» (фізична культура)  
(спеціалізація «Фізична культура»)

**Рівень освіти – Магістр**

**«ЗАТВЕРДЖЕНО»**  
на засіданні кафедри теорії та методики  
фізичної культури  
«30» серпня 2018 р. протокол № 1  
Зав. каф \_\_\_\_\_ І. Р. Боднар

## ПЛАН

1. Сутність поняття «педагогічна майстерність», її складові, критерії та рівні.
2. Поняття і структура педагогічної діяльності.
3. Педагогічні здібності і їхні види.
4. Загальна характеристика педагогічної техніки.
5. Педагогічна комунікація як складова педагогічної техніки.
6. Модель комунікативності учителя, його імідж.

**Ключові слова:** педагогічна майстерність, педагогічні здібності, професійно-педагогічна спрямованість, придатність до педагогічної діяльності, покликання, педагогічна техніка, комунікація, комунікативні знання, комунікативні уміння, комунікативні навички, імідж.

### 1. Сутність поняття «педагогічна майстерність», її складові та критерії

**Педагогічна майстерність** – це вияв високого рівня педагогічної діяльності, що відображає особливу відшліфованість методів, прийомів психолого-педагогічної теорії та практики, завдяки чому забезпечується висока ефективність навчально-виховного процесу.

Дехто з науковців подає таке визначення педагогічної майстерності – це «умова і засіб реалізації особистості вчителя, його позиції, творчого потенціалу, комплекс властивостей особистості, що забезпечує рівень самоорганізації професійної діяльності на рефлексивній основі». Таким чином, І. Зязюн у визначенні педагогічної майстерності наголошує на особистісному факторі вчителя, його здатності здійснювати педагогічну діяльність.

У педагогічній майстерності І. Зязюн структурно виділяє чотири компоненти: 1) професійно-педагогічну спрямованість особистості вчителя; 2) професійно-педагогічну компетентність; 3) придатність до педагогічної діяльності (покликання); 4) педагогічну техніку. Нижче пропонуємо розгляд сутності цих компонентів.

**Професійно-педагогічна спрямованість** – це сукупність стійких мотивів педагогічної діяльності, установок учителя, відносно незалежних від ситуацій.

**Професійно-педагогічна компетентність** – це поінформованість учителя про знання, уміння, навички та їхні нормативні ознаки, які необхідні для його праці; знання психолого-педагогічних основ реальної, педагогічної діяльності відповідно до її нормативних еталонів.

**Придатність до педагогічної діяльності** – сукупність психічних, психофізіологічних, соціально-особистісних якостей людини для здійснення педагогічної діяльності.

**Покликання** – життєве призначення і спрямування людини, що надає доцільності, осмислення й перспективності її діяльності. Вищий рівень професійно-педагогічної спрямованості.

**Педагогічна техніка** – сукупність мовних і немовних засобів і прийомів професійного спілкування; форм організації поведінки вчителя у процесі педагогічної взаємодії з учнями.

**Критерії педагогічної майстерності** – гуманність, науковість, педагогічна діяльність, результативність, демократичність, творчість (оригінальність). Критеріями педагогічної майстерності, за І. Зязюном, є доцільність (за спрямованістю), продуктивність (за результатом), діалогічність (за характером стосунків з учнями), оптимальність (у виборі засобів), творчість (за змістом діяльності).

**Складові педагогічної майстерності:** знання, педагогічні здібності, педагогічний такт, педагогічна техніка, культура мовлення, методична майстерність, особисті якості, педагогічний оптимізм.

У процесі педагогічної діяльності вчитель фізичної культури, який працює над своїм професійним зростанням, стає більш компетентним, набуває умінь і навичок, розвиває педагогічні здібності, формує своє професійне «Я», урізноманітнює прийоми особистісного впливу на школярів, вибудовує педагогічну взаємодію на суб'єкт-об'єктних засадах.

В оволодінні майстерністю можна виокремити кілька рівнів. **До основних рівнів педагогічної майстерності учителя належать:**

- **елементарний рівень** - учитель фізичної культури володіє елементами професійної діяльності на початковому рівні: психолого-педагогічні знання та методики викладання шкільного курсу «Фізична культура»;

- **базовий рівень** - педагог володіє основами побудови гуманістично орієнтованих стосунків з учнями (диференціація, індивідуалізація), глибоке знання предмета і методики його викладання (притаманний фахівцям II кваліфікаційної категорії).

- **досконалий рівень** - характеризується чіткою спрямованістю дій учителя фізичної культури, їх високою якістю - розвинене вміння планувати, організовувати різні форми фізичного виховання, забезпечувати належний рівень фізичного розвитку й підготовленості учнів (притаманний фахівцям I кваліфікаційної категорії);

- **творчий рівень** - характеризується ініціативністю педагога, високою результативністю його праці, вмінням вести дослідницько-пошукову роботу, формувати та передавати власний педагогічний досвід.

## **2. Поняття і структура педагогічної діяльності**

**Педагогічна діяльність** – складний багатоаспектний, надзвичайно динамічний процес, який здійснюється за умов, що постійно змінюються, з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей і особистості вчителя.

**Педагогічна діяльність вчителя фізичної культури** – це діяльність педагога у навчально-виховному процесі, спрямована на формування і розвиток особистості в діалектичному взаємозв'язку її фізичних і духовних якостей.

Особливістю педагогічної діяльності є те, що ми маємо справу, як писав В. О. Сухомлинський у книжці «Сто порад учителям», «із найскладнішим, неоціненним, найдорожчим, що є в житті – з дитиною. Від нас, від нашого педагогічного вміння, майстерності, мистецтва, мудрості залежить її життя, здоров'я, розум, характер, воля, громадське й інтелектуальне обличчя, її місце і роль у житті, її щастя».

До основних елементів структури педагогічної діяльності відносять: мету, мотив, завдання, зміст, способи, форми, методи, засоби, прийоми, результати.

Мета – усвідомлений образ (модель) очікуваного результату, на досягнення якого спрямована діяльність людини; близька, далека, особистісна, індивідуальна, суспільна.

Мотив – прагнення до діяльності, пов'язане із задоволенням потреби; усвідомлена причина, яка зумовлює вибір дій та вчинків.

Завдання – поставлена за певних умов мета діяльності, яка досягається шляхом перетворення цих умов.

Головним є усвідомлення значущості (суспільної та особистісної) мотивів здійснюваної діяльності, висунення на цій основі мети та певних завдань, розв'язання яких буде її втіленням.

Зміст (специфічний компонент, який існує лише у педагогічній діяльності) у педагогічному процесі часто визначається межами програм, певними вимогами, у яких закладені цілі діяльності. Але важливим є «присвоєння» змісту кожною особистістю.

У педагогіці такими інструментами виступають певні вміння, форми, методи і засоби, досконале володіння якими забезпечує учителю (вихователю) реалізацію поставлених цілей навчання (виховання), змістового наповнення цієї діяльності.

Результат – показник розвитку особистості у певній сфері (виховання, навчання). Із результатом пов'язана оцінка та самооцінка особистості, зміна її статусу в колективі.

Головне, щоб цей результат був позитивним та характеризувався позитивними внутрішніми особистісними змінами. Однак результат у діяльності, зокрема фізичному вихованні, не завжди, на жаль, збігається з поставленою метою, тому відбувається постійний і безперервний пошук шляхів підвищення ефективності педагогічної діяльності.

Праця – діяльність, спрямована на створення суспільного і (або) особисто корисного продукту, який задовольняє матеріальні і (або) духовні потреби людей.

Зокрема, у педагогічному процесі задіяні такі види діяльності, як спортивна, художня, суспільна, ціннісно-орієнтована, «вільне спілкування» та ін. Водночас різні типи діяльності взаємопов'язані як один з одним, так і з іншими, «непедагогічними» видами діяльності.

Цілісний педагогічний процес містить декілька педагогічних процесів (виховання, навчання), і в основі кожного з них знаходиться структура педагогічної діяльності.

Педагогічна діяльність має свої, притаманні лише їй, особливості, а саме:

- 1) яскраво виражений гуманістичний характер («Людина - Людина»);
- 2) двосторонній характер;
- 3) суб'єктний характер педагогічної діяльності як особливого виду діяльності, тісно пов'язаного з діяльністю окремого учня, учнівського колективу і діяльністю певного вчителя (вихователя) - суб'єкт-суб'єктні стосунки;
- 4) цілепокладання - наявність чітко сформульованої, особисто прийнятої мети діяльності;

- 5) специфіка об'єкту та предмета педагогічної діяльності - спрямованість на розвиток особистості;
- 6) педагогічна діяльність - це практична діяльність, що зумовлює зміни свідомості, світогляду іншої людини;
- 7) структурні елементи педагогічної діяльності тісно пов'язані у часі. Вона здійснюється безперервно, постійно, систематично;
- 8) результати педагогічної діяльності відображаються не відразу, видно лише її часткові результати (особливо у вихованні);
- 9) публічний, масовий характер;
- 10) це особливий вид діяльності, який має яскраво виражений творчий, індивідуальний характер;
- 11) педагогічна діяльність здійснюється спеціалістами (вихователями, учителями, викладачами) і тому є професійною;
- 12) циклічність із збільшенням розмаху (принцип спіралі), коли будь-який результат є постановкою нової мети, але на новому, вищому рівні складності.

До основних напрямів педагогічної діяльності відносять:

- діагностичний - виявлення індивідуальних якостей школяра: знання, уміння, навички, інтереси, стан здоров'я, рівень фізичного розвитку й фізичної підготовленості;
- орієнтовно-прогностичний - уміння педагога визначати цілі, мету, зміст, методику освітньо-виховного впливу на особистість школяра;
- конструктивно-проектувальний - передбачає планування, відбір засобів, методів впливу на учня, врахування адекватних можливостей його організму, інтересів;
- організаційно-діяльнісний - проявляється в організації різних форм фізичного виховання, налагодженні контактів із школярами, дорослим оточенням, від якого залежить ефективність фізичного виховання школярів;
- комунікативний - здатність спілкуватися, налагоджувати контакти з учнями, батьками, членами педагогічного колективу, громадськістю;
- аналітично-оціночний - полягає в аналізі як власних дій, так і дій вихованців, виявлення їхніх позитивних рис і недоліків;
- дослідницько-творчий - з'ясування індивідуально-психічних особливостей вихованців, їхніх нахилів, життєвих настанов, з'ясування рівня опанування ними знань, умінь і навичок, стану здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості.

### **3. Педагогічні здібності і їхні види**

#### **Педагогічні здібності:**

- 1) сукупність технічних особливостей вчителя, необхідних для успішного оволодіння педагогічною діяльністю, її ефективного здійснення;
- 2) елементи структури педагогічної майстерності - здатності до педагогічної діяльності, особливості перебігу психічних процесів, які сприяють успішності педагогічної діяльності;
- 3) уміння вчителя прогнозувати поведінку учня на основі, постійно отримуваної інформації про нього, вміння аналізувати інформацію, яку сприймає учень, а також бачити засоби просування учнів до заданого рівня навченості;
- 4) стійкі індивідуально-психічні особливості людини, які сприяють

успішному виконанню педагогічної діяльності та полягають у специфічній чуйності до об'єкта, засобів, умов педагогічної праці; 5) здібності вчителя.

#### **4. Загальна характеристика педагогічної техніки.**

Практичний рівень опанування досвіду людства визначається як педагогічна техніка. **Це поняття трактується як** комплекс знань, умінь, навичок, необхідних педагогу для того, щоб ефективно застосовувати на практиці вибрані ним методи педагогічного впливу як на окремих вихованців, так і на дитячий колектив у цілому.

Володіння педагогічною технікою є складовою частиною педагогічної майстерності, потребує глибоких спеціальних знань з педагогіки, психології та особливо з теорії і методики фізичного виховання.

До проблеми педагогічної техніки зверталися різні автори. Так, А.С.Макаренко, знаючи стан справ у педагогіці, писав: «У нас не було педагогічної техніки, перш за все, тому, що і слово «педагогічна техніка» ніколи не вимовлялось, і сама педагогічна техніка не спостерігалась і не досліджувалась». Він вважав, що педагогічна техніка – це «не мертва гра техніки, а справжнє відбиття процесів, які відбуваються в нашій душі. А для учня ці душевні процеси передаються як гнів, обурення тощо. Антон Семенович був глибоко впевненим у тому, що кожна нормальна людина може оволодіти педагогічною технікою.

А.С.Макаренко вперше зробив спробу виділити основні компоненти педагогічної техніки. У своїх статтях, виступах він неодноразово вказував на якості та уміння, якими повинен володіти вчитель: «Для мене в моїй практиці, як і для вас, багатьох досвідчених вчителів, такі «дрібниці» стали вирішальними: як стояти, як сидіти, як піднятися зі стільця за столом, як підвищити голос, посміхнутися, як подивитися. Нас цьому ніхто не вчив, а цьому можна і треба вчити. Тут ми стикаємося з тією галуззю, яка всім відома в драматичному або балетному мистецтві: це мистецтво постановки голосу, мистецтво тону, погляду, повороту. Все це потрібне, і без нього не може бути хорошого вчителя, і є багато таких ознак майстерності, прямих звичок, засобів, які кожний педагог повинен знати».

Видатний педагог зробив певну програму формування педагогічної техніки, яка заснована на володінні вчителем своїм психічним станом, що відбиває його внутрішні почуття, наміри, переживання. Тільки за такої умови педагогічна техніка буде мати дієвий вплив на особистість вихованця.

У працях В.О.Сухомлинського знаходимо багато порад стосовно педагогічної техніки та формування педагогічної культури вчителя. Деякі твори розглядають педагогічну техніку як сукупність прийомів, інші ж – як комплекс педагогічних умінь, необхідних у навчально-виховній діяльності. На наш погляд, **педагогічна техніка** – це сукупність умінь і особливостей етичної поведінки вчителя, заснованої на правилах і принципах етикету, які дозволяють сформувати його педагогічну культуру, що допомагає адекватно впливати на учня з метою формування його як всебічно розвиненої особистості, завдяки доцільно обраним методам і формам діяльності у відповідності з особливостями конкретних об'єктивних і суб'єктивних умов.

У зміст поняття «педагогічна техніка» В. В. Ягупов включає дві групи компонентів. *Перша* пов'язана з **умінням педагога управляти своєю поведінкою**, це – оптимальне керування емоціями, настроєм, прояв соціально-перцептивних здібностей: володіння технікою мови; виразна демонстрація вихованцям певних почуттів, суб'єктивного ставлення до тих чи інших дій вихованців; уміння пізнавати їхній внутрішній душевний стан: «Блискучий розум, кмітливість без тренуваних педагогічних умінь, інтуїтивного педагогічного бачення і передбачення, заповзятливості творчо вирішувати навчально-виховні завдання нічого не варті. Обмежений і глибоко нещасливий той педагог, хто розумом пригнічує свої почуття чи не вміє ними оперувати. Педагогічну дію слід не лише розуміти, а й переживати, відчувати» (Зязюн І. А., 1997).

*Друг* – пов'язана з умінням педагога впливати на особистість вихованця і колектив, розкриває процесуальний бік навчання й виховання: дидактичні, організаційні, конструктивні, комунікативні вміння; технологічні прийоми, висування вимог, керування педагогічним спілкуванням тощо: «Педагог повинен володіти арсеналом засобів донесення учням свого досвіду, своїх бачень. Ці засоби завжди індивідуальні, неповторні. Окрім слів, голосу, інтонації, в розпорядженні педагога є ще жест, рух, ритміка... Але найперше і найголовніше – очі».

Обидві групи компонентів педагогічної техніки мають доповнювати одна одну.

## **5. Педагогічна комунікація як складова педагогічної техніки.**

Провідним компонентом педагогічної техніки є педагогічна комунікація. **Педагогічна комунікація** – це здатність учителя передати різними джерелами освітньо-виховну інформацію під час навчально-виховної діяльності. Комунікація є формою зв'язку, процесом повідомлення інформації, актом спілкування між двома або більше індивідами (Н. Волкова, 2000).

До основних функцій педагогічної комунікації належать:

- **інформаційна** - реалізується у взаємодії між учителем і учнем під час навчально-виховного процесу;

- **пізнавальна** - допомагає ширше пізнати засобами фізичної культури навколишній світ, вплив на організм людини, вивчити особистісні якості, можливості школяра, учнівського колективу; самопізнання;

- **експресивна** - дозволяє доступно, цікаво, емоційно-виразно наочно передавати знання, уміння і практичні навички, адекватно до можливостей інтересу, потреб особистості;

- **управлінська** – допомагає керувати своєю поведінкою і впливати на інших людей.

**Компоненти** професійно-педагогічної комунікації передбачають:

- наявність стійкої, потреби у систематичному спілкуванні з дітьми;

- взаємодію загальнолюдських та професійних показників комунікативності;

- емоційне задоволення на всіх етапах спілкування;

- наявність здібностей до педагогічних комунікацій, набуття комунікативних навичок та умінь.

У педагогічній діяльності учитель фізичної культури зустрічається з двома видами комунікацій: вербальною (мовлення) і невербальною (жести, міміка, пантоміміка тощо).

**Мовлення** є важливим засобом професійної діяльності вчителя. Це інструмент професійної діяльності педагога, за допомогою якого можна розв'язати різні педагогічні завдання: зробити складну тему уроку цікавою, а процес її вивчення - привабливим; створити щире спілкування у класі, встановити контакт з учнями, досягти взаєморозуміння з ними; сформувати в учнів відчуття емоційної захищеності, вселити в них віру в себе.

Володінню мовленням як засобом професійної діяльності потрібно вчитися. Видатний педагог А.С.Макаренко наголошував, що вчитель повинен так говорити, щоб діти відчували в його словах волю, культуру, особистість. При цьому він зауважував: «Я став справжнім майстром тільки тоді, коли навчився говорити «Іди сюди» з 15 – 20 відтінками, коли навчився відображати 20 нюансів на обличчі, у постаті й голосі. І тоді я не боявся, що хтось до мене не підійде або не почує того, що треба». Відомий актор К.С.Станіславський вважав, що мовлення – це та ж музика, ті ж співи. Він застерігав: голос повинен звучати мелодійно, а не стукати словом, як горохом об дошку.

Мовлення вчителя реалізується у двох різновидах - у **монолозі** і в **діалозі**. Форми цього мовлення різноманітні. Найбільше вживаними у практичній діяльності вчителя фізичної культури є команда, розповідь, коментар-пояснення (правил, термінів тощо), розгорнуті оцінні судження (мотивація оцінки знань, поведінки, позаурочної діяльності школярів).

Діалогічне мовлення вчителя широко представлене в різного роду бесідах з учнями, які будуються у вигляді запитань і відповідей.

Аналізуючи мовлення педагога, нерідко використовують вислів: **«комунікативна поведінка»**. Під нею розуміють не просто процес говоріння, повідомлення чогось, а таку організацію мовлення й відповідної до нього невербальної поведінки вчителя, яка впливає на створення емоційно-психологічної атмосфери педагогічного спілкування, характер взаємин між учителем та учнями, стиль їхньої діяльності.

Комунікативна поведінка вчителя оцінюється відповідно до того, що і як він говорить, які в нього жести, рухи, вираз обличчя, який підтекст мають його слова, на яку реакцію учнів розраховані.

Слід знати, що у пам'яті учнів після зустрічі з учителем залишається не тільки інформація, яку він повідомив, а й та атмосфера, якою супроводжувалося їхнє спілкування. Учні зберігають враження від зустрічі з педагогом, пам'ять про його погляд, інтонацію, тональність, мовлення, спосіб реагувати на поведінку його вихованців.

Тому рівень майстерності мовленнєвої діяльності визначається рівнем культури його мовлення і спрямуванням його комунікативної поведінки.

Вимоги до комунікативних якостей мовлення вчителя фізичної культури визначаються, насамперед, **функціями**, які воно виконує у педагогічній діяльності. Головними серед них є:

а) **комунікативна** – встановлення і регуляція стосунків між вчителем і учнями, забезпечення гуманістичної спрямованості розвитку учнів;



б) **психологічна** – створення умов для забезпечення психологічної свободи учня, зняття соціальних бар'єрів, які заважають цьому;

в) **пізнавальна** – забезпечення повноцінного сприймання навчальної інформації учнями, формування в них особистісного, емоційно-ціннісного ставлення до систематичних занять фізичною культурою;

г) **організаційна** – забезпечення раціональної організації навчально-практичної діяльності в різних формах шкільної фізичної культури.

Важлива роль відводиться дотриманню правильності і чистоти **мовлення**. Йдеться про виховання звички й потреби у постійному навчанні та підвищенні рівня культури свого мовлення учителем. Важливе значення має робота з орфографічними, тлумачними словниками та словником спортивних термінів тощо.

Учителю фізичної культури важливо виробити у собі звичку звертатися до словників, якщо виникає будь-який сумнів щодо правильності вживання слова, розвивати увагу до незнайомих слів, потребу запам'ятати, з'ясувати їхнє значення.

Важливо свідомо орієнтувати себе на оволодіння літературною мовою в різних ситуаціях, не тільки при вирішенні ділових питань, а й у спілкуванні з друзями, батьками, незнайомими людьми.

Готуючись до публічного виступу (загальношкільні батьківські збори, конференції, виступи на педагогічних радах школи тощо), доцільно визначити, для кого і з якою метою ви будете говорити, які роздуми, почуття ви б хотіли збудити у своїх слухачів, яку атмосферу створити, яким має бути інтонаційний малюнок, ритм, темп вашого мовлення.

Спробуйте, конструюючи розповідь, використати різні описи, деталі, уривки із художньої літератури, власні оцінки та враження, відпрацюйте техніку мовлення.

**Техніка мовлення** – комплекс навичок у мовленнєвому диханні, голосоутворенні, дикції, що дає вчителю можливість донести до учня все багатство змісту свого слова.

**Техніка мовлення** – складова зовнішньої техніки вчителя. Вона забезпечує правильне сприйняття навчального матеріалу, дає змогу ефективно впливати на учнів, сприяє гідній самопрезентації вчителя (віддзеркалюючи його фізичний, духовний та емоційний стан).

Швидкість мовлення залежить від індивідуальних особливостей учителя, змісту мовлення та ситуації спілкування. Темп мовлення вчителя у 5 – 6 класах повільніший (близько 60 слів за хвилину), а старших – вищий (75 – 100 слів). Визначення, більш значущі вирази, складні і особливо важливі моменти матеріалу вимовляються повільніше, решта – швидше. Якщо учні збуджені, мовлення вчителя має бути тихим і повільним.

Для досягнення виразності мовлення необхідно вміло користуватися паузами, логічними й психологічними. Паузи, темп і мелодика мовлення в сукупності складають **інтонацію**.

Учителю слід пам'ятати, що його голос має бути яскравим, соковитим, звучним, чітким, привертати увагу, а не заколисувати. Але якщо діяльність педагога не насичена громадянськими ідеалами, гуманістичними почуттями,

вірою у правильність своєї позиції, то як би блискуче він не володів технікою, його мовлення і комунікативна поведінка будуть фальшивими.

Психологи стверджують, що особливе значення у спілкуванні належить невербальній комунікації. Тому вчитель мусить працювати над розширенням і вдосконаленням репертуару впливу на учнів невербальними засобами. Звісно, не всі вони рівнозначні, проте кожен із них «зчитується» вихованцями, посилюючи або нейтралізуючи враження від слів педагога.

Дослідження засвідчують, що невербальні засоби, зокрема жести, можуть мати більшу увагу у спілкуванні, ніж слово. Встановлено, що словесне спілкування в бесіді займає менш як 35%, а більше як 65% інформації передається за допомогою невербальних засобів спілкування.

**Невербальна комунікація – це безсловесне спілкування вчителя з опорою на засоби пантоміміки, контакт очей, міжособистісний простір тощо.**

Розглянемо деякі з її елементів. Маємо на увазі зовнішні особливості і способи вираження свого «Я» (успадковані – зріст, комплекція, форма носа, розріз очей тощо; сформовані – зачіска, хода, постава, міміка, дикція, одяг тощо).

До засобів невербальної комунікації належать:

I. Мова тіла

1. Статична експресія (виявлення почуттів, емоцій, переживань):

а) фізіогноміка (експресія обличчя і фігури, зумовлене будовою тіла);

б) артефакти (прикраси зовнішності: манера одягатися, зачіска, косметика);

в) система запахів (природні, штучні).

2. Динамічна експресія:

а) такесика (система дотиків і потискування руки, поплескування тощо);

б) просодія (характеристика голосу: темп, тембр, висота, гучність, наголоси, акценти);

в) екстра лінгвістика (використання у мові пауз, покашлювання, сміху, позіхань, плачу);

г) кінесика (сукупність рухів (жестів, міміки), що застосовуються в процесі людського спілкування (за винятком рухів мовного апарату)):

- виражальні рухи (міміка, жести, постава, хода);

- контакт очей (спрямованість руху, частота контакту, тривалість).

II. Міжособистісний простір (проксемика). (Виступаючи як особлива знакова система, простір і час організації процесу спілкування несуть смислове навантаження, будучи компонентами комунікативної ситуації. При дуже малій або великій відстані люди можуть відчувати незручність і дискомфорт. Далі ми поговоримо про це детальніше.

- дистанція;

- взаємне розміщення під час спілкування.

III. Часові характеристики спілкування:

- час спілкування;

- запізнення;

- затримка дій.

**Пантоміміка** — це виражальні рухи всього тіла або окремої його частини, пластика тіла. Вона допомагає виокремити у зовнішності головне, малює образ.

*Пантомімічний образ вчителя* – візуальний його портрет, який створюється поглядом, посмішкою, пластичністю і темпоритмом рухів, його красою і гармонійністю. Зверніть увагу на вчителя, який натхненно пояснює урок. Як органічно злито у нього рухи голови, ший, рук!

У пластиці тіла вчителя велике значення мають **жести** – рухи рук.

На думку деяких дослідників, жест несе у виступі біля 40% інформації. Із цим твердженням можна погодитися або не погодитися, але спробуйте під час виступу тримати руки «по швах», забувши про жест, ви зразу відчуєте «дерев'яну» сухість голосу, скованість думок. А К.С.Станіславський підкреслював: «Руки висловлюють думку».

Основні вимоги до жестів: невимушеність, стриманість, доцільність. Варто враховувати, що жести, як і інші рухи корпусу, найчастіше випереджують висловлювану думку, а не йдуть за нею.

Для ефективного мовленнєвого впливу дуже важливі вміння педагога виражати пластикою тіла певні ставлення і стани, а також транслювати деяку частину інформації та впливати на створення комфортної для сприйняття атмосфери. Жодна, навіть найідеальніша фігура не може зробити людину красивою, якщо їй бракує вміння триматися, підтягнутості, зібраності. Гарна, виразна постава педагога передає внутрішню гідність. Пряма хода, зібраність свідчать про впевненість педагога у своїх силах, водночас згорбленість, опущена голова, млявість рук – про внутрішню слабкість людини, її невпевненість у собі. Гарна постава від природи – рідкість. Найчастіше – це результат заняття спортом, виконання спеціальних вправ, застосування окремих прийомів.

**Міміка** – виражальні рухи м'язів обличчя. Нерідко вираз обличчя і погляд впливають на учнів сильніше, ніж слова. Саме за допомогою міміки вчитель транслює учням і своє ставлення до них, і міру захопленості предметом, який викладає, й особливості емоційного стану, самопочуття, і рівень своєї культури взагалі. Учні йдуть назустріч учителю, який розуміє їх і збуджує позитивні почуття, даючи можливість задовольнити свої пізнавальні та соціогенні потреби. Тому обличчя має не лише виражати, а й приховувати певні почуття. Варто показувати обличчям і жестами тільки те, що стосується справи, сприяє виконанню навчально-виховного процесу.

Широкий діапазон почуттів виражає **посмішка**, що свідчить про духовне здоров'я і моральну силу особистості. Важливі виразники почуття – брови. Підняті брови вказують на подив, зсунуті – зосередженість, нерухомі – спокій, байдужість, у русі – захопленість.

Найвиразнішими на обличчі людини є **очі**: *Порожні очі* – дзеркало *порожньої душі* (К.Станіславський). Учителеві слід уважно вивчити можливості свого обличчя, виробити вміння користуватися виразним поглядом, уникати надмірної динамічності м'язів обличчя та очей і («бігаючи очі»), а також і неживої статичності («кам'яне обличчя»).

**Контакт очей** (візуальний контакт) – погляд співрозмовників, фіксований один на одному, що означає зацікавленість партнером і

зосередженість на тому, про що він говорить. Дослідники з'ясували, що розмовляючи, люди дивляться одне на одного в середньому 35 - 50% часу, протягом якого відбувається розмова. Погляд зазвичай спрямований на очі співрозмовника і затримується на них 5 – 7 секунд.

**Запам'ятаймо:** візуальний контакт з учнями має бути постійно. І найбільше він потрібний для того, щоб учні відчували доброзичливе ставлення, підтримку, любов. Не звертайтеся до стін, вікон, стелі. Треба прагнути тримати у полі зору всіх учнів. Візуальний контакт є особливо важливим у моменти, коли вчитель слухає учня. Відкритий доброзичливий погляд прямо в очі дитини необхідний не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб. Візуальний контакт виконує таку важливу функцію, як емоційне живлення. Візуальний контакт є технікою, яку потрібно свідомо розвивати.

**Міжособистісний простір** (дистанція спілкування) – відстань між тими, хто спілкується, що є ознакою характеру взаємодії.

Прийнявши «відкрити позу», необхідно вибрати й оптимальну дистанцію спілкування, тобто найбільш сприятливу у психологічному плані відстань, яка дозволяє уникнути вторгнення в особистий простір людини. Оптимальність дистанції визначається й іншими характеристиками, такими, як доцільність звукового й візуального сприйняття. Є чотири між суб'єктні зони: дистанцію від 0 до 45 см прийнято вважати інтимною, 45 см – 1 м 20 см – персональною (особистісною), 1 м 20 см – 3,65 м – соціальною, 3,65 м і більше – публічною (громадською). Відстань більша 7 м не дає можливості чітко сприймати міміку, ще більша (понад 12 м) – жести і рухи корпусу. Це призводить до появи бар'єрів у спілкуванні. Зміна дистанції – прийом привернення уваги під час уроку. Скорочення дистанції посилить вплив. Зміна «діагоналі» на «вертикаль» і навпаки також підвищує ефективність мовленнєвого впливу вчителя.

Під час спілкування важливо враховувати і взаємне розміщення вчителя й учнів. «Лоб у лоб» спілкуються супротивники. Тому краще вибрати розміщення навскоси (під кутом 45 градусів) або поруч. Це створює більш комфортні умови спілкування.

**Критерії оцінювання ефективності техніки невербальної поведінки педагога:**

а) *демонстрація учителем упевненості, внутрішньої сил* – його міміка, пантоміміка, постава говорять учням про здатність керувати їхньою діяльністю, утримувати ініціативу у спілкуванні, вести за собою; учні приймають тільки сильних учителів і визнають їхню мудру владу;

б) *трансляція учителем спрямованості на діалог з учнями* – зацікавлений погляд, постійний зоровий контакт з ними, щира посмішка, пластика рухів свідчать про його відкритість, визнання особистісної рівності з учнями; учні не бояться таких учителів, бо поважають їх і тому визнають їхній авторитет;

в) *естетизація вчителем середовища спілкування з учнями, привнесення до нього елементів краси й насолоди* – учитель виразний у своїй поведінці, а його інструменти – погляд, посмішка, рухи, жести, розміщення у просторі – сприяє гармонізації стосунків, дає учням задоволення від спілкування з вихователем;

г) природність і доцільність у використанні невербальних засобів комунікації.

**6. Модель комунікативності вчителя, його імідж.** Комунікативну поведінку вчителя оцінюють на підставі того, що і як він говорить, які в нього жести, рухи, вираз обличчя, який підтекст мають його слова, на яку реакцію учнів вони розраховані (Н. Волкова, 2000).

**Комунікативні вміння** – це комплекс дій, які базуються на теоретичній і практичній підготовленості, що дає змогу творчо використовувати комунікативні знання та навички для відображення і перетворення дійсності.

**Комунікативні знання** – узагальнений досвід людства в комунікативній діяльності, відображення у свідомості комунікативних ситуацій в їх причинно-наслідкових зв'язках і відношеннях.

**Комунікативні навички** – автоматизовані свідомі дії, що сприяють відтворенню у свідомості людини комунікативних ситуацій, визначають шляхи їхнього розв'язання.

**Комунікативні звички** – доведені до автоматизму комунікативні дії. Аналізуючи і узагальнюючи праці видатних педагогів, наукові дослідження сучасних учених, проведені нами спостереження, анкетування, бесіди зі студентами, вчителями фізичної культури, учнями, необхідно відзначити й уміння педагогічної техніки, які є зовнішньою формою поведінки вчителя і допомагають створити його професійний імідж.

**Імідж** (англ. *image*) – образ, який складається не тільки із зовнішнього вигляду (одяг, прикраси, зачіска, макіяж), а й з постави, ходи, вміння говорити, рухатися. Все це створює образ людини. Тому «іміджбілдинг» (побудова образу) – обов'язок кожної людини, яка себе поважає, а тим більше – вчителя фізичної культури. В іміджі майбутнього вчителя відображаються його унікальність, неповторність, привабливість, приємні манери, життєрадісність, сучасність, культура.

**Професійний імідж** – більш широке поняття, яке включає образи:

- візуальний (культура зовнішнього вигляду, культура рухів, ураховуючи принципи і правила етикету);

- внутрішній (психотехніка);

- вербальний (культура мови, враховуючи мовний етикет);

- акторський (акторські уміння).

Спортивний костюм учителя фізичної культури повинен гармонійно доповнювати його професійну діяльність, його індивідуальні особливості. Тому його зовнішність повинна виконувати передусім професійну функцію: бути надійним помічником у вихованні школярів.

Постава та хода також створюють імідж вчителя. Без них неможливі красиві рухи, нахили, погляди. Учитель повинен уміти подати свою фігуру в статиці й динаміці.

Вчителеві недостатньо лише знати вимоги до своєї зовнішності, а й уміти її сформувати, пам'ятаючи про те, що люди, які нас оточують, оцінюють учителя за певним алгоритмом: зовнішній вигляд, постава, поведінка, особистісний контакт, винагорода. Найголовніше, щоб учні побачили впевненість учителя у собі. Говорячи про зовнішній вигляд, необхідно

звернутися й до правил етикету, які висувають суворі вимоги до нього, особливо, коли це стосується професійної діяльності, ділового спілкування.

Культура рухів учителя фізичної культури є істотним компонентом візуального образу. Вона передбачає володіння своїм тілом, а саме: жести, міміку та пантоміміку. За їхньою допомогою та у поєднанні з іншими засобами вчитель має можливість більш повно виражати свої почуття, ставлення до своєї діяльності і діяльності своїх вихованців. До того ж, ці засоби завжди найбільш економічні, динамічні, в них прихована велика спонукальна сила.

Кожний жест повинен мати психічний і змістовий підтекст. Оволодіваючи жестами, необхідно прагнути до того, щоб вони були доцільними, правдиво й природно виражали зміст і думки, а також архітектоніку почуттів (будівельне мистецтво, пропорційність загального і часткового).

**Психічний жест** – спосіб зовнішнього виразу почуттів. Жести не завжди збігаються зі словами, які вимовляються. Вони збігаються не з текстом, а з підтекстом, із внутрішнім мовним образом.

Техніку застосування міміки важко алгоритмізувати, адже вона досить індивідуалізована і залежить від особливостей особистості вчителя, психічних особливостей учнів, конкретних обставин, тому необхідно говорити про оволодіння технікою міміки як потенційною властивістю в діяльності вчителя.

Доцільно виділити такі складові психотехніки вчителя: увагу і зосередження її на потрібному об'єкті; уяву і використання її в навчально-виховному процесі; оцінку емоцій і управління ними; аналіз і управління фізичним станом свого організму; розуміння психічного стану вихованця й адекватний вплив на нього.

Важливою складовою психотехніки є вміння оцінювати свої почуття й емоції в конкретний момент, керування ними у процесі спілкування з учнями, використання їх для створення оптимальних умов перебігу навчально-виховного процесу, а також формування на їхній основі емоційної культури.

Учні високо цінують учительські позитивні почуття: любов й повагу до людей, доброту, гуманізм, обов'язок, милосердя та ін. Негативні почуття завжди були ворогом людського спілкування, вони несумісні з діяльністю вчителя.

Педагогічна діяльність вимагає від учителя свідомого керування своїми почуттями в кожний конкретний момент, тобто гальмування одних почуттів й емоцій або стимулювання інших.

З цього приводу В.О.Сухомлинський писав: «Замість того, щоб примушувати себе стримувати збудження, знайдіть діяльність, яка покаже зовсім в іншому світлі те, що викликає збудження, роздратування, заставляє тримати пружину гальмування стиснутою. Зробіть неприємне, те, що дратує, смішним, і ви станете повним володарем думок і почуттів колективу.

Інший засіб зняття збудження і роздратування... – це гумор. Найнапруженішу ситуацію, яка може викликати іноді дуже тривале роздратування, можна розрядити, якщо ви маєте почуття гумору. Веселого, не засмученого вчителя фізичної культури, який не впадає у відчай, діти люблять і поважають вже тому, що вони народ веселий, який має почуття гумору».

У процесі саморегулювання почуттів педагог заздалегідь повинен виходити з установки на попередні утруднення і готувати себе до їхнього подолання, впевненості в ефективності подібної роботи. Така активна професійна позиція допомагає гальмувати прояв небажаних почуттів і емоцій.

Кожний педагог повинен уміти самокерувати собою, раціонально використовувати свої фізичні і психічні можливості в конкретній діяльності, формувати вміння володіти собою.

«Але як виховати в собі уміння? – писав В.О.Сухомлинський. Перш за все, треба знати своє здоров'я, знати особливості своєї нервової системи і серця. Нервова система людини за своєю природою дуже гнучка, і вчителеві треба довести цю гнучкість до ступеня мистецтва володіння емоціями. Я виховав у собі це уміння тим, що не допускав, аби паростки, таких негативних явищ, як похмурість, перебільшення чужих вад, гіперболізація «ненормальних» дитячих намірів і дій – це важко передати словами, але це великий недолік нашої культури, технології педагогічної праці – погана звичка вимагати від дитини того, що можна вимагати від дорослого».

Увага й зосередженість – якості, які піддаються розвитку та вдосконаленню завдяки системі вправ. Сучасна психологічна практика має продуктивні тренінгові програми для розвитку цих психічних утворень.

У стані значної фізичної напруги педагоги припускають багато помилок. Найбільш типові з них: недостатньо виразна мова, порушення темпу й мелодійності мови, помилки в логіці, скутість у рухах, жестах, міміці, недостатня їхня координація й розподіл.

Особливо це притаманне молодим вчителям та студентам-практикантам, які не володіють технікою аналізу стану свого організму та подолання фізичної напруги. Значна частина уваги і енергії йде на те, щоб якимось слідкувати за голосом, мімікою, руками, ногами та процесами, пов'язаними з м'язовою діяльністю. При цьому витрачається колосальна енергія, а напруга не проходить. Вона гальмує психічну діяльність. Як результат, вчитель погано бачить клас або зовсім його не бачить.

Подолання «м'язових затисків», раціональне керування своїм фізичним «Я» в конкретній ситуації вимагає від педагога цілеспрямованої попередньої роботи. Техніку управління своїм фізичним «Я» необхідно довести до професійної звички. Щоб звільнитися від м'язової напруги, необхідно переключити свою увагу на інший об'єкт або групу об'єктів. Отже, важливо навчитися зосереджувати увагу передусім на фізичному боці дії, тому що через це найлегше уловлювати і контролювати внутрішні психічні дії. Адже фізичне є своєрідним індикатором психічного.

Професійний імідж учителя неможливо уявити без сформованого вербального образу, який ґрунтується на культурі мови.

Професійний імідж учителя фізичної культури доповнює й *акторський образ*, який передбачає розвиток акторських умінь. Учитель повинен бути прекрасним актором і режисером, оскільки є співучасником творчого процесу. Учитель, як актор і режисер, розробляє драматургію педагогічної дії та діяльності, визначає зони їхнього розвитку, створює план виховних впливів. Зближує учителя й актора етап спілкування, взаємодії, який є рушійною силою педагогічної й акторської творчості.

Учитель постійно розігрує процес надбання знань, персоніфікує його, оформляє в життєвий контекст, забарвлює його своїми емоціями, почуттями, ціннісними установками й орієнтирами і цим «заражає» учнів інтересом до знань, до навколишньої дійсності, людей, самих себе. В цьому плані акторські здібності й уміння учителя, рівень його педагогічної культури дозволяють ефективніше у процесі живої комунікації творити унікальну особистість учня.

## **ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ**

### **для самоперевірки та контролю засвоєних знань**

1. Розкрийте сутність поняття «педагогічна майстерність», її основні компоненти.
2. Назвіть основні критерії педагогічної майстерності.
3. Дайте характеристику основних рівнів педагогічної майстерності.
4. У чому полягає сутність педагогічної діяльності?
5. Охарактеризуйте структурні елементи педагогічної діяльності.
6. Визначте особливості педагогічної діяльності учителя фізичної культури.
7. Якими педагогічними здібностями повинен володіти учитель фізичної культури?
8. Охарактеризуйте сутність поняття «педагогічна техніка».
9. Охарактеризуйте основні компоненти педагогічної техніки.
10. Що таке педагогічна комунікація?
11. Розкрийте основні функції педагогічної комунікації.
12. Охарактеризуйте основні комунікативні риси, вміння і здібності вчителя.
13. Модель комунікативності вчителя, характеристика компонентів.

### **Література:**

#### **Базова:**

1. Педагогічна майстерність учителя фізичної культури. Навчальний посібник / Випасняк І. П., Ковальчук Г. А., Презлята Г. В., Фотуйма О. Я. / За заг. ред. Г. В. Презлятої. – Івано-Франківськ: Підприємство «ЦСТПРІ «ІНІН» ВОІ «СОІУ», 2011. – 314 с.

#### **Додаткова:**

2. Грехнев В. С. Культура педагогического общения. Кн. для учителя / В. С. Грехнев. – М.: Просвещение, 1980. – 585 с.
3. Гончаренко С. І. Український педагогічний словник / С. І. Гончаренко. – К.: Либідь, 1997. – С. 251.
4. Єрмолова Є. А. Психологический анализ жестов как знаковых средств общения / Є. А. Єрмолова // Психосемиотика познавательной деятельности и общения. – М., 1983. – 79 с.
5. Основи педагогічної майстерності: навчально-методичний посібник [Є. І. Федорчук, Т. І. Конкова, В. В. Федорчук, В. О. Заремба]. – Кам'янець-Подільський: АБЕТКА, 2006. – 240 с.
6. Ягупов В. В. Педагогіка / В. В. Ягупов. – К., 2002. – С. 161 – 170.



7. Якса Н. В. Основи педагогічних знань / Н. В. Якса. – К., 2007. – С. 45 – 50.

**Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Про фізичну культуру і спорт : Закон України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.