

## ОСОБЛИВОСТІ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ, СПРЯМОВАНОЇ НА ЇХ ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК

Сергій Грицюк

*Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки*

**Анотація:**

У статті проаналізовано навчально-виховний потенціал позакласної роботи в умовах початкової школи. Розглянуто основні особливості позаурочної роботи з фізичного виховання, її відмінності від урочної роботи. Вивчено види, форми й методи фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами. З'ясовано роль позакласної роботи з фізичного виховання в задоволенні потреб молодших школярів у руховій діяльності. Визначено основних суб'єктів проведення фізкультурно-оздоровчої позакласної роботи в початковій школі.

**Ключові слова:**

позакласна робота; позаурочна робота; молодші школярі; фізкультурно-оздоровча робота; фізичний розвиток; оптимальний руховий режим.

**Анотация:**

**Грицюк Сергей. Особенности внеклассной работы с младшими школьниками, направленной на их физическое развитие.** В статье проанализирован учебно-воспитательный потенциал внеклассной работы в условиях начальной школы. Рассмотрены основные особенности внеурочной работы по физическому воспитанию, ее отличия от урочной работы. Изучены виды, формы и методы физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками. Определена роль внеклассной работы по физическому воспитанию в удовлетворении потребностей младших школьников в двигательной деятельности. Определены основные субъекты осуществления физкультурно-оздоровительной внеклассной работы в начальной школе.

**Ключевые слова:**

внеклассная работа; внеурочная работа; младшие школьники; физкультурно-оздоровительная работа; физическое развитие; оптимальный двигательный режим.

**Resume:**

**Hrytsiuk Serhii. Features of extra-curricular work with junior schoolchildren directed at their physical development.**

The article analyses learning and educational potential of extra-curricular work under conditions of primary school. The basic features of extra-curricular work on physical education, its differences from the classroom work are considered. The author has studied kinds, forms and methods of physical and health-improving work with junior schoolchildren. The role of extra-curricular work on physical education in meeting the needs of junior schoolchildren in motor activity has been determined. The basic subjects for carrying out physical and health-improving extra-curricular work at primary school have been defined.

**Key words:**

extra-curricular work; off-hour work; junior schoolchildren; physical and health-improving work; physical development; optimal motor mode.

Постановка проблеми. Дитина, набувши статусу школяра, відразу ж потрапляє в середовище напруженої інтелектуальної праці, де переважає малорухливий спосіб життя. Очевидним є той факт, що навчальний процес сучасної початкової школи здебільшого орієнтований на розвиток інтелектуальних здібностей, ніж на збереження та зміцнення фізичного й психічного здоров'я молодших школярів. Саме тому, за даними науковців різних галузей (лікарів-гігієністів, фізіологів, педагогів), середньодобова рухова активність сучасних школярів, порівняно з відповідною віковою нормою, знижується в середньому на 25-30%. Навчальне перевантаження, гіпокінезія і гіподинамія; нерациональне чергування навчального, ігрового і трудового видів діяльності в режимі дня створюють ситуації ризику для здоров'я школярів. Саме школа, виходячи з наукових і статистичних даних, стає причиною виникнення хронічних захворювань, поширення таких форм патології, як порушення постави, короткозорість в учнів початкової школи. Разом з тим, дослідження науковців засвідчують, що потенційні можливості фізкультурно-спортивної роботи в умовах загальноосвітніх закладів для поліпшення стану здоров'я та фізичного розвитку молодших школярів використовуються не повною мірою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Позакласна (позаурочна) фізкультурно-спортивна діяльність є водночас самостійним і взаємозалежним складником цілісної системи фізичного виховання школярів. Як явище і поняття, вона активно досліджується науковцями в галузі педагогіки й теорії та методики фізичного виховання.

До проблеми виховання школярів у системі позаурочної діяльності зверталися у своїх працях і пошуках видатні педагоги та вчені – П. Блонський, Т. Калечиц, З. Кейліна, Б. Кобзар, В. Кутєв, А. Макаренко, С. Русова, М. Стельмахович, В. Сухомлинський, В. Терський, К. Ушинський, Я. Чепіга, С. Шацький та інші.

На думку авторів «Концепції позакласної виховної роботи» (С. Гончаренко, В. Новосельський, В. Оржеховська, В. Постовий, Л. Хлебникова, К. Чорна), така робота повинна відображати систему, що охоплює безліч елементів і передбачає єдність мети, принципів, змісту, форм і методів. Позакласна робота має базуватися на особистісно-орієнтованому підході, гуманних відносинах, взаємодії, співробітництві між учасниками навчально-виховного процесу.

Позакласна робота з фізичного виховання розглядається вченими (В. Бальсевич, М. Віленський, М. Годик, Д. Григор'єв,

О. Гужаловський, Ю. Доукіна, В. Заціорський, М. Зубалій, В. Жолдак, В. Лях, Ю. Менхін, С. Начинська, В. Пономарьов, С. Сейранов, В. Сонькін, П. Степанов, О. Остапенко, О. Ушаков та ін.) як засіб активного відпочинку школярів, поліпшення їх фізичних кондицій, засіб оздоровлення.

У працях багатьох науковців аргументується факт наявності тісного зв'язку між здоров'ям дітей, підлітків і організацією, методикою фізичного виховання в початковій школі (А. Борисенко, В. Єрмолова, Л. Іванова, М. Козленко, О. Кривчикова, Т. Круцевич, О. Скалій, Г. Смоліус, А. Сухарев, С. Цвек, Б. Шиян та інші).

Сучасний аналіз позакласної виховної діяльності в початковій школі свідчить про те, що часто вона не має цілісності та систематичності й нерідко зводиться до проведення окремих заходів, які носять формалізований характер. Саме тому на часі є предметне вивчення особливостей позакласної роботи з учнями початкових класів як ефективного засобу щонайповнішої реалізації завдань фізичного виховання в загальноосвітній школі.

Формулювання цілей статті. Мета статті – проаналізувати сутнісні особливості й роль позакласної роботи в початковій школі з метою фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Початкова школа є відповідальним етапом у формуванні особистості. У цей період відбувається інтенсивний інтелектуальний розвиток дитини, закладаються основи її майбутнього фізичного й психічного здоров'я. Молодший шкільний вік є винятково чутливим, особливо сприятливим для всебічного формування особистості, базових якостей фізичного розвитку – потреб, навичок і звичок фізичної культури, усвідомлення необхідності в здоровому способі життя тощо. Повністю реалізувати ці можливості покликане фізичне виховання. Проте в сучасній початковій школі воно зосереджується переважно на уроках фізичної культури. А це навіть у тригодинному вимірі на тиждень не забезпечує достатнього рухового режиму й рухової активності для школярів.

Значним педагогічним потенціалом у цьому напрямі володіє позакласна робота. Насправді вона є продовженням урочної діяльності й становить з нею ціннісну та змістовну єдність. Сьогодні ідея підсилення урочної діяльності позаурочною отримала підтримку в заходах, спрямованих на реалізацію завдань Державного освітнього стандарту початкової загальної освіти [3].

Під позакласною діяльністю в початковій школі в межах реалізації Державного освітнього стандарту слід розуміти навчально-виховну діяльність, що здійснюється у формах, відмінних від класно-урочної діяльності, і спрямовується на реалізацію завдань щодо засвоєння молодшими школярами цілісної освітньої програми [1].

За напрямками навчально-виховної діяльності розрізняють такі види позакласної роботи: розумова, моральна, естетична, мистецька, екологічна, економічна, фізична тощо. Зупинимось на характеристиці позакласної роботи з фізичного виховання. Вона виконує ряд особливих функцій:

1. Навчальну, яка не має такого пріоритету як у навчальній діяльності, а носить допоміжний інформаційний характер для більш ефективної реалізації виховної, розвивальної та оздоровчої функцій.

2. Виховну, що стимулює вироблення таких морально-вольових якостей, як: відповідальність, сумлінність, дисциплінованість, наполегливість, рішучість, працелюбність, необхідних для формування умінь і навичок виконання рухової діяльності, дотримання оптимального рухового режиму.

3. Розвивальну, що базується на врахуванні вікових особливостей школярів і полягає у виявленні й розвитку індивідуальних здібностей, схильностей та інтересів учнів шляхом включення в необхідну діяльність.

4. Оздоровчу, яка на основі побудови мотиваційної сфери учнів забезпечує позитивну їх спрямованість на самостійне оздоровлення [4, с. 54–56].

Фізкультурно-оздоровча позакласна робота значно відрізняється від урочної системи фізичної культури, якій притаманна нормативність, упорядкованість, обов'язковість занять, наявність типової навчальної програми, методичного й технологічного забезпечення тощо. Натомість зміст, методи й організаційні форми позаурочної роботи є здебільшого не регламентованими й базуються на креативності та ентузіазмі вчителя, орієнтації на вікові особливості та інтереси школярів. Серед специфічних особливостей позакласної роботи дослідники також називають те, що на відміну від навчальної вона:

– подовжує тривалість цілеспрямованого педагогічного впливу;

– має додаткові щодо процесу навчання можливості виховного впливу;

– дає змогу розширити й поглибити знання учнів, закріпити набуті на уроках уміння й навички, розвинути здібності дітей, задовольнити їхні різноманітні інтереси,

прагнення до спілкування, до спільного проведення дозвілля;

- сприяє вихованню самостійності школярів;
- створює умови для формування нових інтересів, накопичення досвіду колективного життя;

- здійснюється під опосередкованим впливом учителя на школярів, що сприяє активізації їхньої діяльності [1].

Загалом позакласна робота з фізичного виховання – це система занять, заходів і організованого навчання учнів, що проводяться як у шкільному середовищі, так і поза ним. У підготовці та проведенні таких заходів беруть участь учителі, педагогічні працівники, соціальні партнери, представники громадськості, органи учнівського самоврядування, волонтери та ін.

За своїми цілями й завданнями навчально-виховний процес в урочній і позаурочній діяльності не має принципових розбіжностей.

Подібно до навчального предмета «Фізична культура», основною метою фізкультурно-оздоровчої позакласної роботи є набуття учнями досвіду такої діяльності; формування стійкої мотивації і потреби в збереженні й зміцненні здоров'я, фізичного розвитку й фізичної підготовленості; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Реалізація мети передбачає застосування комплексного підходу до виконання навчальних, оздоровчих і виховних завдань:

- розширення рухового досвіду, удосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності;

- розширення функціональних можливостей систем організму шляхом цілеспрямованого розвитку основних фізичних якостей і природних здібностей;

- збереження та зміцнення здоров'я школярів;

- формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереженні й зміцненні здоров'я, фізичного розвитку;

- забезпечення оптимального для кожного учня рівня фізичної підготовленості;

- формування інтересу до використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;

- формування практичних навичок щодо самостійних занять фізичними вправами та активного відпочинку;

- реалізація комунікативної функції фізичного виховання;

- формування морально-вольових якостей і позитивного ставлення до навколишньої дійсності [2].

Форми та методи проведення позакласної роботи з фізичного виховання характеризуються великою різноманітністю [4, с. 144–146], яка відображена в таблиці.

Загалом дані таблиці свідчать про значні напрацювання щодо способів методичного забезпечення фізичного виховання молодших школярів у позаурочний час. І практикою і теорією напрацьовано й апробовано велику кількість форм, методів, прийомів цієї роботи. На їх вибір і ефективність використання впливають такі чинники:

- обізнаність учителів початкових класів і учителів фізичного виховання з достатнім арсеналом методичних засобів, їх виховними можливостями та технологією застосування;

- урахування вікових особливостей школярів, їх уподобань, інтересів; стану здоров'я, рівня фізичного розвитку;

- постійне вдосконалення форм, методів, прийомів позакласної діяльності відповідно до реалій сучасності.

Необхідно зазначити, що, незважаючи на наявність значного масиву методичних засобів, які можна успішно використовувати в позакласній роботі з молодшими школярами, учителі застосовують незначну їх кількість. Особливо недостатньо використовується ігрова діяльність, яка є найбільш цікавою для молодших школярів.

Ігри можуть посісти провідне місце в позакласній роботі початкової школи. Вони сприяють повторенню матеріалу навчальної програми з фізичної культури для вдосконалення рухових умінь і навичок як у звичних умовах, так і в ускладнених, наприклад, на місцевості. При цьому вивчений матеріал значно розширюється завдяки додатковим іграм, що подібні за змістом до тих, які вивчалися під час уроків. Саме тому виняткова увага при проведенні ігор у позакласній діяльності приділяється поєднанню навчальних і позакласних занять, що особливо сприяє вдосконаленню рухових умінь і навичок дітей.

Ігри, як найпростіші за способом організації форми позакласної роботи з молодшими школярами, сприяють їх масовому залученню до цього виду роботи. Ігрова діяльність може проводитися як з невеликою кількістю школярів одного класу, так і з великими групами представників двох-трьох класів. Це може бути у вигляді «години гри», коли дітям пропонується набір ігор різного спрямування. Заняття проводяться на свіжому повітрі, на спортивному майданчику чи іншій пристосованій для цього території. Ігри, як правило, добираються прості за змістом, легко пояснювані, зрозумілі, цікаві, такі, що відповідають віковим особливостям і фізичній підготовленості дітей. Якщо

пропонуються зовсім нові ігри, то їх має бути не більше двох: одна рухлива й одна спокійна. Комплекс ігор формують так, щоб у ньому були ігри з різним змістом і навантаженням і щоб вони правильно чергувалися. На кожному занятті мають бути як відносно спокійні, так і

рухливі ігри, з піснями й танцювальними рухами. При цьому найбільш рухливі ігри проводяться всередині заняття, а музичні ігри – наприкінці. Починаючи з третього класу, особливо популярними в дітей є командні ігри, наближені за змістом до спортивних.

Таблиця 1

**Форми та методи позакласної роботи з молодшими школярами для їх фізичного розвитку**

Напрями ПР	Форми ПР	Методи і прийоми позакласної роботи	Суб'єкти організації позакласної роботи
Фізичне виховання протягом навчального дня	Гімнастика до занять, рухливі перерви, фізкультурні паузи, години здоров'я, спортивні години в групах подовженого дня	Словесні методи і прийоми: розповідь, опис, пояснення, супровідне пояснення, інструкції і вказівки, бесіда, розбір, звіти та взаємопояснення, словесні оцінки, команда, підрахунок, самонакази. Практичні методи вправління, навчання вправ загалом і їх частин. Наочні методи: демонстрація поз і рухів	Учитель початкових класів Учитель фізкультури Вихователь групи подовженого дня Інструктори-старшокласники Активісти Волонтери
Фізкультурно-оздоровчий	Дні здоров'я, фізкультурні свята, ранки, спортивно-художні вечори, туристські походи, квести, зустрічі	Словесні методи і прийоми: розповідь, опис, звіти та взаємопояснення, словесні оцінки. Практичні методи: ігровий, змагальний	Учитель початкових класів Учитель фізкультури Інструктори-старшокласники Активісти Волонтери Батьки Представники громадських організацій Педагоги-організатори Соціальні педагоги
Спортивно-масовий	Шкільні спортивні гуртки та секції, спортивні товариства, клуби, центри, майстер-класи, некласифікаційні змагання, турніри школярів	Словесні методи і прийоми: розповідь, опис, команда, пояснення, супровідне пояснення, інструкції та вказівки, бесіда, розбір, звіти та взаємопояснення, оцінки, підрахунок, самонакази, самоконтроль. Практичні методи: вправління, тренування, ігровий, змагальний. Наочні методи: демонстрація поз і рухів	Учитель фізкультури Інструктори-старшокласники Активісти Волонтери Представники громадських організацій

Досвід зарубіжних країн і вітчизняних шкіл свідчить, що ігрова діяльність у позанавчальний час може мати пролонгований характер. Тобто ряд ігрових дій, що відбуваються періодично і пов'язуються між собою певними завданнями, сюжетом, змістом тощо. До таких моделей позакласної ігрової діяльності в загальноосвітній школі належать: віртуальна гра «Minecraft», гра-подорож «Долаємо кілометри шляхами козацької слави наших земляків», заповнення «Паспорта здоров'я і руху», волонтерські акції «Веселі рухливі перерви», флешмоби, квести, самофутурування тощо. Такі інноваційні

технології носять інтерактивний характер, наділені змагальністю, чим викликають особливий інтерес у молодший школярів. Вони із захопленням беруть у них участь і старанно фіксують свої досягнення. До того ж учні початкових класів спроможні активно долучатися до практичної роботи, спрямованої на підготовку та реалізацію задумів пунктирної та пролонгованої ігрової діяльності. І це ще більше надає вагомості й значення позакласній роботі з фізичного виховання.

Отже, позакласна діяльність у початковій школі, порівняно з урочною, має більше

різноманітних форм, методів, засобів проведення, які є потужним джерелом позитивних емоцій у дітей молодшого шкільного віку, зокрема в процесі реалізації завдань фізичного виховання. Разом з тим, як доводять дослідження вчених, у початковій школі спостерігається неоптимальне використання методичних способів проведення позаурочних занять. Особливо недостатньо використовується потенціал ігрового методу.

Висновки. Загалом проведене дослідження особливостей позакласної роботи з фізичного виховання в молодших школярів свідчить про значні потенційні можливості цього напрямку навчально-виховного процесу для оптимального забезпечення умов їх фізичного розвитку. Форми і методи позаурочної роботи, які передбачають

ігрову діяльність, змагальність, добровільність, здатні задовольняти потреби молодшого школяра в рухливості, у прояві позитивних емоцій, радісних переживань. У процесі організації свят, змагань із залученням батьків, старшокласників, волонтерів, з домінуванням у програмах рухливих ігор, естафет, турнірів, ритмічної гімнастики інтенсивно оптимізується руховий режим молодших школярів у позанавчальний час. На тлі такої невимушеної ігрової діяльності відбувається активізація рухової діяльності школярів, поліпшується їх фізичний розвиток. Порушена проблема може надалі вивчатися в напрямі пошуку шляхів удосконалення пролонгованої позакласної ігрової діяльності молодших школярів.

**Список використаних джерел**

1. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников [Электронный ресурс] / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.myshared.ru/slide/78368> (15.07.2015).
2. Навчальна програма «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» [Електронний ресурс] / авт. Круцевич Т. Ю. та ін. – К., 2011. – Режим доступу: [http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy\\_po\\_fizkulture/mladshaja\\_shkola/1\\_4\\_klasi\\_zagalnoosvitnikh\\_navchalnikh\\_zakladiv/9-1-0-66](http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy_po_fizkulture/mladshaja_shkola/1_4_klasi_zagalnoosvitnikh_navchalnikh_zakladiv/9-1-0-66) (15.07.2015).
3. Постанова Кабінету Міністрів України від 20 квітня 2011 р. № 462 «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти» [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/462-2011-п> (15.07.2015).
4. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2008. – Частина 1. – 272 с.

**Рецензент:** Максимов О.С. – д.пед.н., професор

**Відомості про автора:**

**Грицюк Сергій Анатолійович**

[lisowyk.ua@mail.ru](mailto:lisowyk.ua@mail.ru)

Східноєвропейський національний університет

імені Лесі Українки

проспект Волі, 13, м. Луцьк, 43025, Україна

doi: [dx.doi.org/1165-1136\(2015\)15.1.274](https://dx.doi.org/10.1515/1165-1136(2015)15.1.274)

*Матеріал надійшов до редакції 06.08.2015 р.*

*Прийнято до друку 20.10.2015 р.*

**References**

1. Grigoriev, D.V., Stepanov, P.V. Extra-curricular activities of schoolchildren. Retrieved from: <http://www.myshared.ru/slide/78368/> [in Russian].
2. Krutsevych, T.Yu. and others (2011). Curriculum “Physical education for secondary schools. 1-4 grades”, Kyiv. Retrieved from: [http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy\\_po\\_fizkulture/mladshaja\\_shkola/1\\_4\\_klasi\\_zagalnoosvitnikh\\_navchalnikh\\_zakladiv/9-1-0-66](http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy_po_fizkulture/mladshaja_shkola/1_4_klasi_zagalnoosvitnikh_navchalnikh_zakladiv/9-1-0-66) [in Ukrainian].
3. Resolution of Cabinet of Ministers of Ukraine dated 20 April 2011 № 462 “On approval of the State standard of primary general education”. Retrieved from <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/462-2011-п> [in Ukrainian].
4. Shyian, B.M. (2008). *The theory and methods of schoolchildren’s physical education*. Vol 1. Ternopil’: Navchalna knyha – Bohdan, 272 p. [in Ukrainian].