

Отже, на всіх етапах розвитку початкової ланки освіти відбувалися численні зміни підходів до перевірки та оцінювання навчальних досягнень учнів. Сьогодні актуальним є здійснення цього процесу із використанням засобів інформаційно-комунікаційних технологій. Вони забезпечують ефективне здійснення контролю за навчально-пізнавальною діяльністю молодших школярів, об'єктивну оцінку знань учнів, виховання в молодших школярів навичок самоконтролю, відповідальності, самоорганізованості, наполегливості. Однак слід пам'ятати, що найбільша результативність застосування ІКТ можлива за умов органічної інтеграції з традиційними засобами і технологіями.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Кривоконь С. О. Шляхи використання ІКТ у початковій школі [Електронний ресурс] / С. О. Кривоконь. – Режим доступу: <http://ito.vspu.net/konference15/KrivoKon%20S%20O.pdf>
2. Про застосування форм контролю навчальних досягнень учнів при викладанні інформатики [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://informatika-lub.ucoz.ua/blog/pro\\_zastosuvannja\\_form\\_kontrolju\\_navchalnikh\\_dosjag\\_nen\\_uchniv\\_pri\\_vikladanni\\_informatiki/2013-04-05-17](http://informatika-lub.ucoz.ua/blog/pro_zastosuvannja_form_kontrolju_navchalnikh_dosjag_nen_uchniv_pri_vikladanni_informatiki/2013-04-05-17)
3. Сім платформ для створення тестів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osvita.ua/school/method/technol/45747/>

**Сергій Бабюк**

кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання  
Кам'янець-Подільського національного  
університету імені Івана Огієнка

### **ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧОЇ СПРЯМОВАНOSTI**

Професійна підготовка майбутніх учителів початкової школи є одним із важливих напрямків діяльності вищої школи, забезпеченням такої системи професійних знань, умінь і навичок, яка б дозволяла глибоко осмислювати педагогічні завдання, послідовно вирішувати складні навчально-виховні ситуації, прогнозувати і моделювати наступні кроки освітньо-виховного впливу. Фундаментальною основою виховання і навчання є турбота про здоров'я підростаючого покоління, тому перед вчителем постає проблема вибору найбільш оптимальних засобів впливу на учнів з метою їхнього фізичного розвитку.

Про значення своєчасної фізичної підготовки учнів початкової школи йдеться в дослідженнях Е. Вільчковського, Т. Осокіної, Б. Шияна, О. Дубогай та ін. На необхідність цілеспрямованого фізичного розвитку в процесі

використання різноманітних форм та засобів фізичного виховання зазначали М. Козленко, В. Розанова, О. Богініч, Н. Купріянова та ін.

У сучасній світовій практиці фізичного виховання існує велика кількість засобів оздоровчої спрямованості. Але обмежене їх використання в практиці роботи початкових шкіл України пов'язане, насамперед, з відсутністю методичних рекомендацій з використання засобів оздоровчої спрямованості у практиці роботи з дітьми шкільного віку. Метою статті є здійснення аналізу використання засобів оздоровчої спрямованості та професійна підготовка майбутніх учителів початкової школи до цієї діяльності.

Принцип оздоровчої фізичної культури полягає в тому, що фізична культура повинна сприяти зміцненню здоров'я. Щоб фізична культура давала позитивний вплив на здоров'я людини, необхідно дотримуватись певних правил:

- 1) засоби і методи фізичного виховання повинні застосовуватись тільки такі, які мають наукове обґрунтування їх оздоровчої цінності;
- 2) фізичні навантаження повинні плануватися відповідно з можливостями учнів;
- 3) в процесі використання всіх форм фізичної культури необхідно забезпечити регулярність і єдність лікарського, педагогічного контролю і самоконтролю.

Принцип оздоровчої спрямованості зобов'язує спеціалістів фізичної культури і спорту так організувати фізичне виховання, щоб воно виконувало і профілактичну і розвиваючу функцію. Це означає, що з допомогою фізичного виховання необхідно: удосконалювати функціональні можливості організму, підвищуючи його працездатність до негативних впливів та компенсувати нестачу рухової активності, яка виникає в умовах сучасного життя.

На сьогоднішній день розроблені і практично випробувані авторські комплекси і програми фізичних вправ оздоровчої спрямованості для масового використання. Основні їх переваги – доступність, простота реалізації і ефективність. Насамперед це: контрольовані бігові навантаження (система Купера), режим 1000 рухів (система Амосова), 10000 кроків кожний день (система Міхао Інаї), біг заради життя (система Лід'ярда), абетка оздоровчого бігу (система Мільнера). В наш час з'явилися нові течії оздоровчої фізичної культури, які дають оздоровчий ефект. До них можна приєднати оздоровчу аеробіку і її різновиди: степ, слайд, джаз, аква або гідраеробіку, танцювальну аеробіку (фанк-аеробіку, сіль-джем, хіп-хоп), велоаеробіку, аеробіку з навантаженням, акваджогінг, шейпінг, фітнес, стретчінг. Вибір тої чи іншої методики занять фізичними вправами з оздоровчою спрямованістю є співвідношення з реальними обставинами, можливостями, вимогами, деколи є справою індивідуального смаку і інтересу [3, с. 78].

Оздоровчий ефект фізичних вправ спостерігається лише в тих випадках, коли вони раціонально збалансовані по спрямованості на індивідуальні можливості учнів. Заняття фізичними вправами активізують і удосконалюють обмін речовин, покращують діяльність центральної нервової системи, забезпечують адаптацію серцево-судинної, дихальної і інших систем

до умов м'язової діяльності, прискорюють процес входження в роботу і функціонування систем кровообігу і дихання, а також скорочують довжину функціонального відновлення після зрушень, які викликає фізичне навантаження. Крім оздоровчого ефекту, фізичні вправи діють тренувально на організм людини, (збільшують розумову і фізичну працездатність), дозволяють збільшити рівень фізичних якостей, впливають на формування і подальше удосконалення життєво важливих рухових умінь і навичок (плавання, ходьба на лижах і т.д.).

Оздоровчий, лікувальний і тренувальний вплив фізичних вправ на організм стає більш ефективним, якщо вони правильно поєднуються з загартуванням у вигляді водних процедур, сонячних і повітряних ванн, а також масажу. Таким чином, регулярне застосування фізичних вправ і загартовуючих факторів покращує життєвий тонус організму, загальний стан імунної системи, функції вегетативних систем, працездатність і попереджує передчасне старіння.

В системі оздоровчої фізичної культури виділяють основні напрямки: оздоровчо-рекреативне, оздоровчо-реабілітаційне (спортивно-реабілітаційне, гігієнічне). Оздоровчо-рекреативна фізична культура – це відпочинок, відновлення сил за допомогою засобів фізичного виховання (заняття фізичними вправами, рухливі і спортивні ігри, туризм, полювання, фізкультурно-оздоровчі розваги). Термін рекреація (від латинського *recreatio*) означає відпочинок, відновлення сил людини, витрачених в процесі праці, тренувальних занять або змагань. Щоб відтінити специфіку цього терміну в сфері фізичної культури, часто говорять “фізична рекреація”.

В сучасному суспільстві основні функції фізичної рекреації зводяться до наступного: соціально-генетична (механізм засвоєння соціально-історичного досвіду), творчо-атрибутивна (дозволяє її розглядати в розвитку і удосконаленні), системно-функціональна (яка розкриває фізичну, як функцію конкретної соціальної системи), аксіологічна (ціннісно-орієнтувальна), комунікативна (важливий засіб неформального спілкування людей).

Основними видами фізичної рекреації є виробнича гімнастика, ввідна гімнастика, фізкультурні паузи, заняття фізичними вправами в позанавчальний час – туризм (пішохідний, водяний, велосипедний), пішохідні і лижні прогулянки, полювання, масові ігри: волейбол, теніс, городки, бадмінтон.

Система оздоровчої роботи, яка здійснюється в початковій школі, дозволить якісно розвивати фізичну, соціально активну, творчу особистість дітей молодшого шкільного віку.

#### Список використаних джерел

1. Азбука здоров'я : Цикл бесед «Знаєш ли ты свой организм и умеешь ли беречь здоровье» / сост. Т. Д. Кузнецова, П. А. Пласкунова, В. И. Шахненко, М. С. Шушукова; под ред. Т. Д. Кузнецовой. – Москва : Изд-во АПН СССР, 1986. – 58 с.
2. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я / М. М. Амосов. – Київ : Здоров'я, 1990. – 168 с.

3. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании : пособ. для студентов, аспирантов и преподавателей физкультуры / Б. А. Ашмарин. – Москва : ФиС, 1978. – 223 с.
4. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Е. Н. Пристуца. – Львів : ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

**Оксана Васюта**

здобувач ступеня вищої освіти «магістр»  
психолого-педагогічного факультету  
Полтавського національного  
педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка

**Науковий керівник:** доц. Починок Є.А.

## **РЕАЛІЗАЦІЯ ПРИНЦИПІВ ПЕРСОНАЛІЗОВАНОГО НАВЧАННЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ**

Унаслідок масштабного оновлення системи початкової освіти, проблема пошуку та впровадження інновацій у процес навчання молодших школярів стала особливо актуальною. У світлі сучасних бачень початкова школа має бути не школою знань, а школою умінь і навичок. Тобто у центрі навчального процесу повинні бути не вимоги до навчальних досягнень учнів, а самі учні. Реалізація такої ідеї можлива лише в умовах персоналізованого або адаптивного навчання.

Технології адаптивного навчання молодших школярів досліджували В. Бондар, М. Зуєва, С. Прийма, П. Федорук, Т. Шамова тощо. Ідею персоналізованого навчання висунув у 1984 році американський психолог Бенджамін Блум, а нині її вивченням займаються В. Пішванова та С. Якубов. Останні вбачають сутність персоналізованого навчання у тому, що кожен учень має свій окремий шлях навчання, власну навчальну мету.

Вікові закономірності молодших школярів вимагають такої побудови навчального процесу, за якої кожен учень з його індивідуальними потребами, цінностями, інтересами, переживаннями, талантами і здібностями буде знаходитися в центрі цього процесу. У цьому й полягає сутність персоналізованого навчання – у зміщенні акцентів із процесу навчання на особистість учня. Тобто *персоналізоване навчання* є особистісно-орієнтованим навчанням, що передбачає створення гнучких умов навчального процесу для врахування індивідуально-психологічних особливостей молодших школярів з метою їх всебічного розвитку.

Виділяють 12 принципів персоналізованого навчання:

- 1) Активна участь (Active Involvement) – принцип передбачає залучення учнів до активної діяльності, заохочення їхньої ініціативи, акцентування уваги на самостійності рішень та відповідальності за їх реалізацію;