

РОЛЬ ШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ У ФІЗИЧНОМУ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Не менше значення має внесок шкільної фізичної освіти у розвиток особистості молодих людей, формування їхнього світогляду та життєвої позиції, моральних рис та вольової зосередженості. Організму підлітка притаманні дві основні закономірності: ріст і розвиток. Їх треба знати для того, щоб правильно і цілеспрямовано здійснювати фізичне виховання, визначати вплив тих чи інших фізичних вправ, ігор на організм. Ці знання допоможуть батькам самостійно підбирати найбільш ефективні рухи для своїх дітей і правильно судити про їх психологічний і фізичний розвиток. Кожному віковому періоду характерні свої кількісні анатомічні і фізіологічні показники [2, с.6-7].

Особливого значення під час занять фізичними вправами (зокрема для визначення міри фізичного навантаження на організм школяра) набуває врахування особливостей розвитку серцево-судинної і дихальної систем.

Працездатність дітей, їхня можливість виконувати те чи інше фізичне навантаження значною мірою залежить від правильних й систематичних занять фізичними вправами, які зміцнюють серце, удосконалюється його робота й позитивно впливають на зміну складу крові, поліпшують її захисні якості. Вирішальне значення для правильної постановки фізичного виховання учнів має врахування особливостей розвитку центральної нервової системи, якій належить провідна роль у регулюванні життєдіяльності всього організму. Вона координує діяльність усіх органів і систем, забезпечує цілісне пристосування організму до навколишнього середовища, до дії фізичних вправ [4, с.12-13].

Але зараз кожному необхідно не тільки знати, але й добре розуміти, яким чином рух впливає на організм. Дуже важливо виробляти в собі свідому і цілодобову потребу в фізичних вправах, як потребу в їжі, сні, роботі [1, с.4,5].

Дослідження гігієністів, фізіологів і педагогів свідчать про те, що рух є природною потребою дітей. Обмеження м'язової діяльності не тільки затримує фізичний і розумовий розвиток дитини, а й призводить до наступних труднощів, щодо оволодіння тієї або іншої життєво-необхідної навички.

Молодший шкільний вік – важливий період фізичного виховання дітей. Беручи участь у фізичному вдосконаленні учнів, усі педагоги глибше вивчають їх характери і нахили, формують моральні якості, організаторські здібності, активно впливають на громадянське становлення школярів [3, с. 228-229].

Педагогічні вміння, сформовані на основі особистих здібностей для виконання педагогічних функцій, визначається як мистецтво навчання і виховання, що постійно вдосконалюється. Правильно підібраний режим дня має передбачити якомога більшу рухову активність школяра (ранкова

гігієнічна гімнастика вдома, фізкультурні хвилини на уроках і паузи під час виконання домашніх завдань, фізичні вправи та ігри на перервах, заняття фізичними вправами після занять, самостійні прогулянки, катання на ковзанах, санчатах, ходьба на лижах, їзда на велосипеді, ігри з однолітками, заняття в шкільних спортивних гуртках і сесіях ДЮСШ, посильна праця, тощо) [5, с.3-4].

Для вирішення мети фізичного виховання дітей із врахуванням вікових особливостей вирішуються основні завдання фізичного виховання, які повинні вирішуватися в комплексі та взаємозв'язку з завданнями розумового, морального, трудового і етичного виховання. У дітей рухові навички формуються порівняно легко. Рухові навички полегшують зв'язок з навколишнім середовищем і сприяють його пізнанню, правильне виконання фізичних вправ ефективно впливає на фізичний розвиток. Фізичні вправи як засіб фізичного виховання формуються протягом тривалого часу разом із розвитком цивілізації і створенням уявлень про можливість зміцнення організму людини. Кінцевою метою занять фізичної культури є зміцнення здоров'я учнів, забезпечення їхнього всебічного розвитку, підготовка до життя. Кінцева продукція: знання, рухові вміння і навички, високий рівень фізичної підготовленості, особисті якості учнів – моральні, емоційно-вольові, інтелектуальні, естетичні.

Література

1. Литвинов Е.Н., Любомирский Л.Е., Г.Б. Мейксон Г.Б. Как стать сильным и выносливым. – Москва : «Просвещение», 1984 р. – С. 63.
2. М.С. Дубовис М.С. Физическая культура школьников 4-8-х классов. – Издательство «Здоров'я», 1979. – С. 216.
3. Шиян Б.М.. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2, Б.М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2006. – С. 248.
4. Кузнецова З.І. Фізична культура в V-VIII класах. – Київ : «Радянська школа», 1967. – С. 350.
5. Борисенко А.Ф., Цвек С.Ф. Руховий режим учнів. – Київ : «Радянська школа», 1989. – С. 190.

УДК 331.102

МРАКА Н.М.,
Львівський державний університет внутрішніх справ

МЕТАФОРА ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ У РОБОТІ АРТ-ТЕРАПЕВТА

Метафора – поняття, що використовується і психологами, психотерапевтами, і філософами та літературознавцями, культурологами. Тому вважаємо доцільним розглядати його під різним кутом, але основне навантаження з дослідження метафори лежить на філософському підґрунті, оскільки появу самого терміну пов'язують із іменем Аристотеля, який наполягав на феномені переносу за принципом аналогії. Дослідження метафори у сучасному психологічному науковому колі представлене іменами М.Еріксона, Е. Россі, Д. Міллс, Н. Пезешкіан, В. Стюарт, Н. Роджерс та інші. Саме вони



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>