

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОМОТОРНИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ

THEORETICAL BASIS OF THE FORMATION OF PSYCHOMOTOR QUALITIES OF SCHOOL STUDENTS

В основі проблеми формування психомоторних здібностей учнів школи в процесі навчальних занять з фізичної культури лежить єдність їхньої діагностики та розвитку, єдині методологічні засади навчання та розвитку. Широкий і різнобічний аналіз цих проблем є основою для наукового обґрунтування та розробки методології проблеми, які як основний методологічний аспект передбачають дослідження ефективності формування та компенсаторного розвитку необхідних школяреві психомоторних здібностей та індивідуалізація на їх основі процесу фізичного виховання з урахуванням чутливих періодів розвитку.

У фізичному вихованні учнів основними практичними засобами та методами у формуванні саморегуляції та самоврядування є виключно методики розвитку психомоторних здібностей учнів.

При цьому педагогу фізичної культури слід чітко уявляти, що особливо на ранніх стадіях розвитку дитини ряд знань, видів та способів дії тимчасово знаходяться поза її зоною найближчого розвитку і не можуть бути використані учнями. Однак, на подальших етапах розвитку вони вже потрапляють у чутливий період, входять у розумовий процес і стають важливими факторами його подальшого розвитку та самовдосконалення.

Для вдосконалення методів психомоторного розвитку необхідна подальша розробка індивідуальних шляхів побудови навчального процесу з фізичної культури кожному віковому етапі навчання. Цей процес може бути успішно реалізований тільки в рамках системи поступово та обґрунтовано ускладнюваних навчально-тренувальних завдань, при активізації та пов'язаному формуванні рухових, розумових, перцептивних, мнемічних, моторних, мовних та інших дій.

Опанування школярами новим для них змістом і методами психомоторного навчання передбачає як активізацію готівкових умінь, а й формування нових процесів, адекватних цьому змісту і методам, які слід використовувати у навчальних психолого-педагогічних експериментах. При цьому психомоторний розвиток слід розглядати не тільки як генетично зумовлений, початковий функціональний рівень розвитку певних психічних та моторних якостей дитини, а й як складний багаторічний процес вікового та якісного розвитку цих функцій у ході і природного, і цілеспрямованого процесу навчання.

Ключові слова: фізична культура, параметри руху, рухова діяльність, психічні механізми, формування рухових навичок.

The basis of the problem of the formation of psychomotor abilities of school students in the process of physical education classes is the unity of their diagnosis and development, the single methodological principles of training and development. A broad and versatile analysis of these problems is the basis for the scientific justification and development of the methodology of the problem, which as the main methodological aspect involves the study of the effectiveness of the formation and compensatory development of the psychomotor abilities necessary for the schoolchild and the individualization of the process of physical education based on them, taking into account sensitive periods of development.

In the physical education of students, the main practical means and methods in the formation of self-regulation and self-governance are exclusively methods of developing the psychomotor abilities of students.

At the same time, the physical education teacher should clearly understand that, especially in the early stages of a child's development, a number of knowledge, types and methods of action are temporarily outside his zone of immediate development and cannot be used by students. However, at later stages of development, they already enter the sensitive period, enter the mental process and become important factors in its further development and self-improvement. To improve methods of psychomotor development, further development of individual ways of building the educational process in physical culture at each age stage of education is necessary. This process can be successfully implemented only within the framework of a system of gradually and reasonably complicated educational and training tasks, with the activation and related formation of motor, mental, perceptual, mnemonic, motor, language and other actions.

Mastery by schoolchildren of the content and methods of psychomotor learning, which are new to them, involves the activation of cash skills, but also the formation of new processes, adequate to this content and methods, which should be used in educational psychological and pedagogical experiments. At the same time, psychomotor development should be considered not only as a genetically determined, initial functional level of development of certain mental and motor qualities of a child, but also as a complex multi-year process of age-related and qualitative development of these functions in the course of both a natural and purposeful learning process.

Key words: physical culture, movement parameters, motor activity, mental mechanisms, formation of motor skills.

УДК 159.94

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/64.2.9>

Кучеренко Г.В.,

канд. пед. наук,
ст. викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін
Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Богатов А.О.,

викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін
Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Воробйова С.В.,

викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін
Державного закладу
«Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Основні гіпотези та методологічні підходи формування у підростаючого покоління необхідних для подальшого успішного життя в суспільстві психомоторних здібностей є актуальною проблемою сучасної школи. В основі проблеми формування психомоторних здібностей учнів школи в процесі навчальних занять з фізичної культури лежить єдність їхньої діагностики та розвитку, єдині методологічні засади навчання та розвитку. Широкий і різнобічний аналіз цих проблем є основою для наукового обґрунтування та розробки методології проблеми, які як основний методологічний аспект передбачають дослідження ефективності формування та компенсаторного розвитку необхідних школяреві психомоторних здібностей та індивідуалізація на їх основі процесу фізичного виховання з урахуванням сенситивних періодів розвитку.

Вивчення психологічних основ діагностики та формування психомоторних здібностей у школярів дозволяє сформулювати та попередньо обґрунтувати такі основні положення:

1. Використання психологічних закономірностей у діагностиці та формуванні психомоторних здібностей у школярів лежить в основі їх ефективного фізичного виховання, найбільш повно реалізуючи основні положення класичної педагогічної тріади: навчання – виховання – розвиток.

2. Структура психомоторних здібностей найповніше проявляється у тонкій розрізняльній чутливості за основними параметрами руху – часу, простору та зусиллям, при стійкому збереженні в пам'яті образів рухів, оперативності та точності самоконтролю, а також у надійному функціонуванні у складних діяльності.

3. Удосконалення системи безперервної освіти у школі спирається на гетерохронність та сенситивність психомоторного розвитку учнів як генетичну та вікову основу їх фізичного виховання.

4. Формування психомоторних здібностей – це активний психолого-педагогічний процес, спрямований на діагностику рівня та структури психомоторних здібностей та цілеспрямований розвиток компонентів загальних та спеціальних психомоторних здібностей до певної високоефективної рухової діяльності.

5. Психомоторні здібності ефективно формуються у школярів за допомогою спеціально розроблених психолого-педагогічних принципів, методичних прийомів, комплексу психомоторних вправ, тестів та рухливих ігор, які забезпечують більш ефективний руховий розвиток учнів у порівнянні з традиційними методами фізичного виховання за рахунок випереджального формування психічних механізмів управління руховими діями. Загальні питання формування психомоторних здібностей Проблема формування психомоторних здібностей у учнів у школі пов'язана із загальними

психолого-педагогічними проблемами, найважливішими з яких є:

- безперервність навчання та розвитку;
- психологічне обґрунтування змісту навчальних програм;
- засвоєння знань та рухових навичок;
- закономірності формування спеціальних здібностей.

При цьому більш глибоке розуміння рушійних сил пов'язаного психічного та моторного розвитку особистості дозволяє розглянути їх основи, спираючись на які можна підвищувати ефективність навчання та фізичного виховання, підняти його до рівня вимог та завдань, що висувуються життям.

І тому необхідно озброїти учнів як системою певних знань з різних предметів, а й системою дій, операцій, яких неможливо повноцінне засвоєння знань і користування ними. Все більшого значення набуває формування здатності самостійно освоювати нові досягнення науки і практики, самому рухатися разом з науково-технічним прогресом, що прискорюється [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У ряді робіт та деяких полемічних виступах у пресі зазначалося, що середня школа останнім часом значною мірою віддалилася від практичної та наполегливої реалізації низки таких базових принципів педагогіки як: класична педагогічна тріада «навчання-виховання-розвиток», принцип «зони найближчого розвитку» в індивідуалізації навчання та ін. Високий ступінь формалізації процесу навчання та позамежне використання знеособлених машинних технологій, орієнтованих на обсяги знань відповідно до вимог системи освіти природно призвели до розриву педагогічних складових процесу навчання: навчання з заповненням знаннями – окремо, виховання за межами навчального процесу – окремо, розвиток учня – як сам собою очевидне, поза учбовим процесом, взагалі поза школи [1, 2].

У описуваних процесах з природних причин та специфіки навчальної дисципліни більшою мірою пощастило фізичному вихованню, руховому розвитку. Однак, і в даному випадку слід визнати, що в останні роки середня школа з фізичного виховання зробила певний крен в область «чистої» моторики, навчання та значного фізичного навантаження учнів, не приділяючи достатньої уваги психічної складовій будь-якої рухової діяльності школярів, розвитку їх мислення, самооцінки та самоврядування. Причина такого методичного та змістовного перекосу повною мірою лежить у програмних документах, які значною мірою регламентують зміст та методики навчального процесу [3].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. У робочих програмах з фізичної культури та поурочних планах ретельно

прописані найдрібніші деталі фізичного виховання за всіма віковими групами та видами фізичної діяльності, тимчасові нормативи для планування, контрольні тести та інші нюанси моторики за повної відсутності навіть згадки найважливішої складової будь-якого руху людини – психіки. Виникає полемічне питання: як розробники і укладачі даних документів представляють практичну реалізацію у процесі фізичного виховання класичного принципу у тому, що почуття керує рухом. Ймовірно, такого завдання програмні документи щодо фізичного виховання школярів і не ставили.

Роль педагога в даному процесі полягає не тільки в пропозиції учню готових типових, значною мірою загальногрупових відповідей і рішень, але більшою мірою в керівництві індивідуальною самостійною розумовою роботою учнів. Такий шлях виховання, власного розвитку самостійного мислення є найефективнішим напрямом і практичним способом пов'язаного формування як розумових, і рухових здібностей учнів. У фізичному вихованні учнів основними практичними засобами та методами у формуванні саморегуляції та самоврядування є виключно методики розвитку психомоторних здібностей учнів.

При цьому педагогу фізичної культури слід чітко уявляти, що особливо на ранніх стадіях розвитку дитини ряд знань, видів та способів дій тимчасово знаходяться поза її зоною найближчого розвитку і не можуть бути використані учнями. Однак, на подальших етапах розвитку вони вже потрапляють у сенситивний період, входять у розумовий процес і стають важливими факторами його подальшого розвитку та самовдосконалення.

Таке використання закономірностей педагогічної психології, механізмів перетворення навичок та здібностей дитини, утворених у процесі фізичного виховання, у його узагальнені вміння дозволяє ефективно формувати його емоційно-мотиваційну сферу, сенсорно-перцептивні та психомоторні функції. Цей важливий підхід спрямованого вдосконалення психічних функцій, фізичних і психологічних аспектів підвищує ефективність навчальної діяльності.

Тільки в цьому випадку, практично реалізується, згадана вище педагогічна тріада «навчання-виховання-розвиток», і навчання йде попереду розвитку, ставлячи перед школярами нові пізнавальні та практичні завдання та даючи їм засоби для їх вирішення. У той же час воно, спираючись на актуальні досягнення у розвитку, значною мірою використовує їх потенційні можливості, які, звичайно, завжди ширші та різноманітніші за їх поточну, миттєву реалізацію. Такий розвиток йде значно далі за якості, набуті учнями на кожному поточному етапі навчання. Воно відкриває нові можливості засвоєння ними складніших систем понять та пов'язаних з ними дій.

Формулювання цілей статті. Маючи вищевикладені міркування, для вдосконалення методів психомоторного розвитку необхідна подальша розробка індивідуальних шляхів побудови навчального процесу з фізичної культури кожного віковому етапі навчання. Цей процес може бути успішно реалізований тільки в рамках системи поступово та обґрунтовано ускладнюваних навчально-тренувальних завдань, при активізації та пов'язаному формуванні рухових, розумових, перцептивних, мнемічних, моторних, мовних та інших дій. І, нарешті, завершальним етапом цього процесу має стати їх перетворення на складові більш складних психомоторних дій, утворення узагальнених навичок та їх застосування до нових конкретних рухових дій, здатність до вирішення нових рухових завдань з елементами проблемного навчання та формування у учнів здатності до самоосвіти та саморегуляції.

Виклад основного матеріалу дослідження. Формування будь-яких здібностей завжди полягає у наданні їм конкретної, цілком певної форми, удосконалюючи при цьому старі та створюючи нові, більш досконалі форми. Тому розвиток і психомоторних здібностей неможливий поза конкретною, певною діяльністю, і заняття фізичною культурою якраз є тією прекрасною школою, в якій вроджені механізми психомоторики перетворюються на реальні здібності, причому не тільки у фізичній, а й в інших видах діяльності.

Віковий розвиток психомоторних здібностей протікає більш специфічно, ніж розвиток розумових здібностей, вони раніше досягають зрілості і раніше в'януть. Ця їхня особливість робить дуже актуальною проблему своєчасного формування психомоторних здібностей у дітей у процесі шкільного навчання. Процес формування психомоторних здібностей схильний до впливу як психофізіологічних задатків, умов життя, виховання та діяльності, а й у значною мірою, психологічних властивостей особистості, найчастіше безпосередньо до здібностям не які стосуються. Велике значення для формування цих здібностей набуває мотивація та інтерес. У свою чергу, успішне формування психомоторних якостей, особливо при широкому використанні різних досить емоційних та ігрових методів, впливає на розвиток інтересу, збагачує та поглиблює його.

Ключовим становищем для такого підходу є положення про те, що в психологічному плані не можна говорити про здатність, що вже існує, до початку свого розвитку, так само як не слід говорити про здібність, що досягла свого повного розвитку і закінчила свій розвиток. Приймаючи, що здатність існує тільки в розвитку, ми не повинні забувати, що розвиток це здійснюється не інакше як у процесі тієї чи іншої практичної діяльності. А звідси випливає, що здатність не

може виникнути поза відповідною конкретною діяльністю.

При такому підході на перший план щодо здібностей висувається проблема їх формування та розвитку. Формування психомоторних здібностей не зводиться до повідомлення учням готових знань, а включає й інших важливих дидактичних функцій, наприклад активізацію самостійної пізнавальної діяльності учнів. Будь-які здібності людини, включаючи психомоторні здібності, як виявляються, але розвиваються у специфічній діяльності. У разі розглядається рухова діяльність учнів школи процесі навчальних занять з фізичної культури. Звідси слід зробити для наших цілей принаймні два висновки [2].

По-перше, дослідження психомоторного компонента рухових здібностей має бути вивченням реального рівня їх розвитку до певного моменту (обстеження, тестування та ін.).

По-друге, найбільш адекватним вивченням здібностей і, отже, вирішенням проблеми їхнього вдосконалення може бути їх вивчення у процесі ефективного формування. З цієї точки зору другою проблемою та метою роботи є розробка деяких ефективних способів формування психомоторних здібностей у ході експериментального навчання школярів.

Педагогічна практика в галузі фізичного виховання показує, що найбільш ефективними засобами є ті, які максимально сприяють виникненню у прагнення до саморегуляції і самовиховання. Під формуванням психомоторних здібностей мається на увазі активний психолого-педагогічний процес, спрямований на діагностику рівня та структури психомоторних задатків та цілеспрямований розвиток компонентів загальних та спеціальних психомоторних здібностей до певної ефективної рухової діяльності.

У психолого-педагогічних експериментах у галузі психомоторики слід максимально широко використовувати такі основні принципи формування психомоторних здібностей:

1. Комплексний підхід у діагностиці та формуванні психомоторних здібностей.
2. Принцип єдності розвитку психічних, сенсорних, перцептивних та моторних компонентів рухових здібностей.
3. Об'єднання виховних, навчальних та розвиваючих впливів на які займаються за допомогою психомоторних вправ.
4. Спадкоємність та ускладнення психомоторних вправ за рахунок багатовимірності самоконтролю та напруженості самої рухової діяльності.
5. Максимальне використання ігрового та змагального методів у формуванні психомоторних здібностей у дітей та юнаків.
6. «Поєднаний» метод розвитку фізичних якостей, психомоторних здібностей та спортивно-технічної майстерності.

7. Удосконалення надійності психомоторних функцій під впливом монотонних, граничних та змагальних навантажень.

8. Підвищення довільності та свідомості при оволодінні психомоторною методикою.

Психомоторна здатність до навчання характеризується не так змістовною стороною вчення (набутими знаннями), скільки швидкістю і легкістю їх засвоєння, оволодіння необхідними прийомами розумової та рухової діяльності, ступенем її активності, самостійності, гнучкості, що досягаються в умовах співпраці з учителем і тренером.

Велике значення має творче використання педагогом основних положень теорії поетапного формування дії.

Виділяються такі основні способи формування психомоторного образу руху та його самоконтролю:

1. Теоретичне формування мети, програми та рухової задачі.
 2. Широке використання засобів моделювання та технічних засобів навчання (малюнки, схеми, моделі, контрольні позначки, темпо-лідери, магнітофонні записи програми, тренажери тощо).
 3. Активізація зорових, слухових та кінестетичних сприйняття, організація активного спостереження та критичного обговорення способів виконання рухової дії іншими особами.
 4. Акцентований показ рухової дії із виділенням ведучих елементів руху та контрольних точок самоконтролю.
 5. Вироблення міцних асоціацій між провідними елементами, контрольними точками, кінестетичними образами руху та їх найменуваннями.
 6. Відтворення рухової дії у спрощених умовах (на місці, за поділом, у повільному темпі тощо).
 7. Виконання рухових дій з промовлянням виконуваних провідних елементів та контрольних точок (елементів) самоконтролю за рухом.
 8. Поетапне виконання рухових дій із проговоруванням елементів у беззвучній формі.
 9. Методика та техніка ідеомоторного та психом'язового тренування.
 10. Управління руховими діями в ускладнених лабораторних умовах (високий темп та швидкість рухів, утруднений самоконтроль тощо).
 11. Удосконалення рухових дій та психомоторного самоконтролю під дією екстремальних умов (високі психофізіологічні навантаження, змагальні умови).
 12. Подальше вдосконалення таких особливостей образу руху, як диференційованість, узагальненість, цілісність, усвідомлюваність та абстрагування.
- Таким чином, суть проблеми формування психомоторних здібностей у учнів школи у процесі навчання з фізичної культури полягає в тому, щоб посилити вплив психологічних факторів на

підвищення ефективності рухової діяльності та гармонійності розвитку особистості учнів на всіх етапах системи безперервної освіти.

Розвиток психомоторних якостей школярів є однією з найважливіших проблем дитячої, вікової та педагогічної психології є проблема рушійних причин психомоторного розвитку людини. Довгий час ця проблема розглядалася в плані метафізичної теорії двох факторів (спадковості та зовнішнього середовища), при цьому одні автори вважали, що вирішальне значення має фактор спадковості, генетично детермінованих морфофункціональних механізмів психомоторики, інші приписували провідну роль середовищі, а треті вважали, що обидва зазначені фактори взаємодіють, конвергують один з одним.

Перші роки життя є періодом найбільш інтенсивного фізичного і морального розвитку. У цей час складаються моторні навички, багато в чому завершується розвиток процесів сприйняття та закладаються основи пізнавальних здібностей, які надалі розвинуться в інтелект. І психомоторні (рухові) можливості дитини залежать від вікових особливостей розвитку низки психічних функцій: м'язово-рухових відчуттів та сприйняття, сенсорних процесів, пам'яті, мислення та уваги. У молодших школярів при зростанні швидкості рухів, їхня точність залишається невисокою і містить багато «зайвих», неусвідомлюваних рухів. Діти погано розрізняють і запам'ятовують зовні подібні фізичні вправи та рухи, погано їх диференціюють за основними параметрами управління: тимчасовим, просторовим та силовим характеристикам. Також у молодшому шкільному віці недостатньо розвинені мислення, розподіл та перемикання уваги, що ускладнює навчання та засвоєння рухових навичок.

Інтенсивний розвиток дитини викликає певну диспропорцію і у будові тіла, і у володінні руховим апаратом. Ця незручність у рухах є причиною сором'язливості, невпевненості у собі й у старшому віці.

З цього випливає велике значення цілеспрямованого та індивідуального психомоторного розвитку у дитячому віці. Підлітки зазвичай переоцінюють свої силові та швидкісні можливості і у школярів 11-15 років значно зростають швидкісні характеристики рухів, швидкість та точність їх запам'ятовування.

За відсутності цього етапі розвитку цілеспрямованої роботи з точністю і координацією рухів в підлітків ймовірно закріплення неправильних навичок і рухових стереотипів, які у дорослому віці подолати досить важко. У наведених роботах висловлюються думки, що у підлітковому віці існують сприятливі передумови психологічного, фізіологічного і морфологічного характеру успішного розвитку найважливіших психомоторних якостей

як спортивної спрямованості, а й як сенситивний період у загальної фізичної підготовки школярів на заняттях фізичної культуурою.

У юнацькому віці завершується фізичне дозрівання, швидше запам'ятовуються часові параметри рухів, трохи довше – просторові і найбільше повторень необхідне запам'ятовування м'язових зусиль. У юнаків інтенсивніше розвивається точність м'язово-рухових відчуттів, швидкість складних реакцій, темп рухів та швидкісна витривалість.

Кожен із вікових періодів як складова безперервного процесу психофізичного розвитку людини з урахуванням статевих відмінностей найбільш чутливий до певних впливів, вносячи свій внесок у формування спеціальних здібностей. У той самий час, зміни вікових періодів у діалектичному плані – це розвиток і вдосконалення психомоторних можливостей дитини, а й певне зниження одних психомоторних якостей у виникненні інших здібностей.

При цьому загострена дитяча пам'ять та жіноча сенсорна чутливість виступають як етапний стан психіки, але вони є віково-статевими передумовами для вдосконалення психомоторної пам'яті та чутливості рухів за основними параметрами рухів.

При цьому зрозуміло, що генетично зумовлені анатомічні та фізіологічні задатки є базою для розвитку різних здібностей, вони властиві індивіду від народження як комплекс психічних процесів, що склався і розвивається, для нової природної здатності, яка потребує розвитку та вдосконалення відповідно до вікової сенситивності та реальних умов діяльності. Психомоторні задатки, як і, як і природні причини індивіда, є ієрархічним освітою, у структурі якого певною мірою зумовлені верхні і нижні межі розвитку психомоторних здібностей.

Віковою передумовою є і домінування збудження, супутне у підлітків більш швидкого схоплювання та запам'ятовування інформації, успішного оперування з нею при дефіциті часу та значної продуктивності при її відтворенні. Переважна більшість випробування гальмування є передумовою до саморегуляції та іншої організації мнемонічної діяльності, вищої вибірковості запам'ятовування, зосередженості на суттєвих ознаках, систематичності та перекодування інформації.

Більш складні структури інтелекту дитини генетично неспроможні передувати простішим структурам, але ці структури можуть і мають сприяти прискоренню переходу вищих структур, до повноцінного формування. Дуже актуальним є питання як оптимального прискорення переходу молодших школярів до вищого рівня їх психічного розвитку, а й забезпечення його різнобічності, повноти змістовних, операційних і мотиваційних компонентів.

Висновки. При розробці змісту предмета фізичного виховання у школі та її практичній реалізації необхідно як логічне, фізичне, біомеханічне,

а й психомоторне обґрунтування цього змісту. Потрібен вибір правильного співвідношення в проєктованому змісті емпіричних і теоретичних узагальнень, чуттєвого та раціонального, образного та абстрактного, конкретного та абстрактного, що вирішується тільки на основі діалектико-матеріалістичного розуміння процесу пізнання учнем об'єктивної дійсності. Слід виходячи з комплексних психолого-педагогічних і методичних досліджень всебічно розробляти конкретні плани побудови навчальних предметів.

Опанування школярами новим для них змістом і методами психомоторного навчання передбачає як активізацію готівкових умінь, а й формування нових процесів, адекватних цьому змісту і методам, які слід використовувати у навчальних психолого-педагогічних експериментах. При цьому психомоторний розвиток слід розглядати не тільки як генетично зумовлений, початковий функціональний рівень розвитку певних психічних та моторних якостей дитини, а й як складний багаторічний процес вікового та якісного розвитку цих функцій у ході і природного, і цілеспрямованого процесу навчання. Психомоторний розвиток – спеціалізований процес формування функціональних систем організму протягом усього його життя. Воно залежить від умов життя та виховання, і першорядна роль тут належить праці, правильному фізичному вихованню, систематичним тренуванням, цілеспрямованим методам навчання та розвитку психомоторики.

Розвиток психомоторики людини реалізується двома шляхами, у двох відносно незалежних напрямках: за рахунок становлення психічних та рухових структур у ході його біологічної еволюції (у формі філогенезу) та за допомогою формування тісно пов'язаних психомоторних структур протягом усього його життя. При цьому дуже важливо відзначити, що розвиток психомоторики, як закономірний процес зміни психічних і моторних функцій у часі, повинен неодмінно виражатися в кількісних і якісних показниках окремих психомоторних

функцій, що оцінюються і оцінюються, і ґрунтуватися на адекватній, абсолютно достовірній системі «метризації» психолого-педагогічного процесу психомоторної підготовки. У цьому процесі формування психомоторики школярів основну роль грають навчання та виховання на заняттях з фізичної культури у школі. Звісно ж, що психомоторне вдосконалення при пов'язаному розвитку двох основних систем людини: психіки і моторики, найповніше відповідає суті класичної педагогічної триади «навчання – виховання та розвитку».

При реалізації процесу формування психомоторики слід постійно враховувати, що він у двох методологічних напрямках. Перше є предметом психологічних досліджень цього процесу у плані природного розвитку його структури і результатів. При цьому поняття «формування психомоторики» включає, насамперед, визначення вихідного рівня психомоторних здібностей, аналіз їх структури та прогнозування можливих позитивних змін у процесі цілеспрямованого навчального експерименту. Другий аспект згаданого процесу полягає у цілеспрямованому навчанні та вихованні вже конкретних умов шкільного навчання, в рамках конкретних психолого-педагогічних підходів з визначенням завдань та способів формування психомоторних здібностей та чітким, прагматичним встановленням, що, як, коли та у кого має бути сформовано.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Клименко В. В. Психологія спорту : навч. посіб. Київ : МАУП, 2007. 432 с.
2. Лазуренко С. І., Моргун З. П. Особливості психомоторних дій з урахуванням функціональної асиметрії студентів. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей в інтегрованому освітньому середовищі* : дев'ята міжнародна науково-практична конференція. Київ : університет «Україна», 2008. С. 407-408.
3. Суворова Т. І., Грейда Б. П. Керування спортивними рухами та їх фізіологічне обґрунтування. Луцьк : Волинська обласна друкарня, 2004. 220 с.