

КОТЕРМАК

**Формування соціальних компетентностей в  
учнів засобами фізичного виховання**

## ЗМІСТ

Вступ	2
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ	4
1.1 Поняття компетентність, компетентнісний підхід	4
1.2. Шляхи формування ключових компетентностей у фізичному вихованні школярів в рамках реформи “Нова українська школа”	
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ І ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	13
2.1 Методи дослідження	13
2.2 Організація дослідження	15
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ	16
3.1.Констатуючий експеримент	16
3.2 Формуючий експеримент	18
3.3 Констатуючий експеримент другого порядку	23
3. 4 Обговорення результатів дослідження	24
Висновки	28
Список літератури	30
Додатки	35

## ВСТУП

Сучасне суспільство ставить перед освітою нові виклики, одним з яких є формування особистостей, що спроможні приймати неординарні рішення і ефективно налагоджувати взаємини у швидкозмінній реальності. Активність, самостійність, креативність, комунікабельність, адекватна самооцінка, здатність адаптуватися до стрімких змін - ці риси особистості є важливими на нинішньому етапі історичного розвитку, а їх формування потребує реалізації нових підходів у освітньому процесі [10]. Нинішні випускники шкіл повинні мати не лише глибокі знання із конкретних предметів, а й високий рівень розвитку різних видів компетентностей. Власне компетентнісно-орієнтований підхід до навчання лежить в основі Нової української школи (НУШ), який доповнюють: принципи дитиноцентризму та педагогіки партнерства, новий зміст освіти, а також сучасне освітнє середовище – безпечне, доступне та дружнє до дитини. [12, 24]. В стандарті НУШ виокремлено такі основні компетентності, якими повинен оволодіти сучасний випускник. Це: спілкування державною мовою, спілкування іноземними мовами, математична грамотність, компетентності в природничих науках і технологіях, інформаційно-цифрова компетентність, уміння навчатися впродовж життя, соціальні і громадянські компетентності, підприємливість, загальнокультурна грамотність, екологічна грамотність і здорове життя [17, 21, 22]. Таким чином, обов'язковим є формування в учнів шкіл України соціальної та громадянської компетентності на усіх предметах шкільного курсу навчання. Її зміст полягає у оволодінні учнем таких форм поведінки, які є необхідними для ефективної та конструктивної участі у громадському житті чи на роботі. Уміння співпрацювати з іншими для отримання результату, попереджати і розв'язувати конфлікти, досягати компромісів, мати повагу до прав інших осіб, дбайливо ставитися до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримуватися здорового способу життя [9].

Окрім того, актуальність даного дослідження обумовлена тим що вітчизняні педагоги відзначають, що у сучасних школах молодші школярі не вміють спілкуватися, співпереживати або радіти успіхам товаришів, співвідносити свої дії з інтересами інших людей.

Отже, важливим є формування громадянських компетентностей на уроках фізичної культури, зокрема у молодшій школі [34]. Власне цими положеннями обумовлена тема обраного дослідження «Формування соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання».

**Об'єкт** дослідження – процес фізичного виховання учнів молодшої школи. **Предмет** дослідження – формування соціальних компетентностей у процесі фізичного виховання.

**Завдання** дослідження:

- 1.Визначити теоретико - методичні основи формування компетентностей учнів засобами фізичного виховання і спорту
- 2.Обґрунтувати та впровадити напрями діяльності, які будуть сприяти формуванню соціальних компетентностей під час занять фізичними вправами
- 3.Визначити і перевірити рівень сформованості соціальних компетенцій учнів молодшої школи

**Наукова новизна:** вперше визначено ефективність використання впроваджених підходів та впливу рухливих ігор запозичених з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти на формування соціальних компетентностей учнів молодшої школи під час занять фізичними вправами.

Отримані результати впроваджені у навчальний процес фізичного виховання учнів Ліцею №2 (м. Дрогобич) .

Результати дослідження опубліковано у 2 публікаціях, одна з яких у фаховому виданні України.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

### 1.1. Поняття компетентність, компетентнісний підхід

Наприкінці ХХ ст. почали відбуватися докорінні зміни в парадигмі й методології освіти, передумови й окремі елементи яких склалися протягом усього століття. В умовах реформування освіти значна роль приділяється вихованню особистості, здатної до самореалізації, самовизначення, самоусвідомлення у реаліях сучасного життя. Ознаками революції в освіті, що відбувається на зламі століть, є сукупність якісних зрушень (інколи навіть стрибків), серед яких: • перехід від «конвеєрного виробництва» фахівців різних галузей до виробництва їх «малими серіями» чи навіть «поштучно». При цьому найважливішою властивістю, що її набуває освіта, стає гнучкість, здатність до переналадження, це стосується як освітньої системи, так і її продукту — фахівця; • перехід від засвоєння інформації до формування якостей, необхідних для творчої діяльності та постійного засвоєння нової інформації. Основним орієнтиром освіти є формування творчої особистості, що здатна саморозвиватися [7]. Отже, необхідне нове, більш широке розуміння стратегії освіти — створення потужного, духовно насиченого і різноманітного освітнього середовища України — складової європейського освітнього простору. Спрямованість системи освіти на засвоєння системи знань, яка була традиційною й виправданою ще декілька десятиліть тому, вже не відповідає сучасному соціальному замовленню, яке вимагає виховання самостійних, ініціативних і відповідальних членів суспільства, здатних ефективно взаємодіяти у виконанні соціальних, виробничих і економічних завдань. Виконання цих завдань потребує істотного посилення самостійної й продуктивної діяльності школярів, розвитку їхніх особистісних якостей і творчих здібностей, умінь самостійно здобувати нові знання та розв'язувати проблеми, орієнтуватись у житті суспільства. Як економічні,

соціальні, так і інші чинники розвитку цивілізації посилили зацікавленість суспільства результатами освіти і зумовили появу (поруч із традиційними: кількість років навчання, здобуття певного ступеня освіти) нових, важливіших і реальніших, індикаторів цих результатів. Такими індикаторами сьогодні, разом з тим, що особа має певні знання з різних галузей науки, є її здатність відповідати вимогам сучасного життя [4, 14].

Якщо у 80-х роках розвинені країни тільки розпочали обговорювати прагматичніші підходи до навчання, то останніми роками можна спостерігати систематичні зусилля в цьому напрямі. Такими індикаторами в багатьох країнах стали саме компетентності, що визначають готовність учня до життя, його участі в житті суспільства [5].

Як стверджує І.Кубенко поняття «компетентність» з'явилося в педагогічній літературі порівняно недавно і не є на сьогодні досить дослідженим. Так вислів «компетентісна освіта», як досягнення певного освітнього результату, з'явилося у 60-х роках минуло століття у США, Великобританії й Німеччині. На відміну від терміну «кваліфікація» компетентність включає не тільки суцього професійні знання й уміння, а й такі якості, як ініціативність, здатність до співробітництва, роботи в групі, вміння оцінювати ситуацію, логічно мислити, добувати, відбирати й аналізувати інформацію. Точніше, людина може стати компетентною тільки після здобуття нею адекватної інформації, знань і практичного досвіду. Тобто у формуванні компетентної особистості освіта відіграє головну роль. У сучасній вітчизняній педагогіці поняття компетентності як терміну, що описує кінцевий результат навчання, починають використовувати тільки з останньої чверті ХХ століття.

На думку Г.Селевка [30], компетентнісний підхід означає поступову переорієнтацію провідної освітньої парадигми з переважаючою трансляцією знань і формуванням навичок на створення умов для оволодіння комплексом компетенцій, які означають потенціал, здатність випускника до виживання і стійкої життєдіяльності в умовах сучасного багаточинникового соціально-

політичного, ринково-економічного, інформаційно-комунікаційно насиченого простору.

Подібними є твердження В. Химинець [36], яка вважає, що компетентнісний підхід переміщує акценти із процесу накопичення нормативно визначених знань, умінь і навичок у площину формування й розвитку в учнів здатності практично діяти і творчо застосовувати здобуті знання й набутий досвід у різних ситуаціях [36].

Отже, як стверджує Часнікова О. В. у сучасній науці спостерігаємо стійку тенденцію утвердження не лише поняття "компетентнісний підхід", а й осмислення його сутності, адже реалізація цього підходу ґрунтується на розумінні, що прогрес людства залежить не стільки від економічного зростання, скільки від рівня розвитку особистості. Сучасні концепції педагогічної освіти базуються на ідеях розвитку людських ресурсів та саморозвитку освітніх інституцій і суб'єктів педагогічного процесу. Так, серед принципів професійного розвитку педагогів та управлінських кадрів освіти провідним визначено реалізацію компетентнісного підходу до розвитку фахової кваліфікації педагогів і керівників навчальних закладів, що передбачає необхідність переходу від кваліфікації, яку спеціаліст здобуває один раз і назавжди, до компетентності, яка дозволяє мобільно змінювати професійну діяльність, зумовлену соціально-економічними змінами, динамікою ринку праці, концепцію Болонського процесу [38].

## **1.2 . Шляхи формування ключових компетентностей у фізичному вихованні школярів в рамках реформи «Нова українська школа»**

Розглянемо зміст кожної ключової компетентності, що внесені до Стандарту освіти Нової української школи та можливість їх реалізації у фізичному вихованні [15]. Отож: ключова компетентність "Вільне володіння державною мовою" у стандарті освіти передбачає уміння усно і письмово висловлювати свої думки, почуття, чітко та аргументовано пояснювати факти, а також любов до читання, відчуття краси слова, усвідомлення ролі

мови для ефективного спілкування та культурного самовираження, готовність вживати українську мову як рідну в різних життєвих ситуаціях [9, 15]. Ключова компетентність “Вільне володіння державною мовою” у фізичному вихованні може бути зреалізована через уміння правильно використовувати термінологічний апарат з фізичного виховання під час виконання стройових команд, спілкування в різних ситуаціях під час занять фізичною культурою і спортом, розв’язання конфліктних ситуацій, які можуть виникати в ігрових видах спорту, а також під час проведення рухливих ігор та естафет, популяризування ідей фізичної культури і спорту мовними засобами [ 9, 15]. На нашу думку, важливо сформувати у школярів усвідомлення ролі фізичної культури для гармонійного розвитку особистості, пошанування національних традицій у фізичному вихованні, українському спортивному русі мовними засобами. Це може здійснюватися через навчальні ресурси такі як: інформація про історію спортивного руху в Україні та українську спортивну термінологію [25].

Здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами, що передбачає активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях, зокрема в побуті, освітньому процесі, культурному житті громади, можливість розуміти прості висловлювання іноземною мовою, спілкуватися нею у відповідних ситуаціях, оволодіння навичками міжкультурного спілкування. Ця ключова компетентність у фізичному вихованні формується за допомогою вміння спілкуватися рідною та іноземними мовами про фізичну культуру, її значення для самореалізації людини; писати тексти іноземною мовою про власні спортивні захоплення; шукати інформацію в іноземних джерелах про ефективні оздоровчі програми, спортивні новини. При формуванні цієї ключової компетентності важливо, щоб сучасна дитина усвідомлювала роль іноземної мови як мови міжнародного спілкування, а також вміла висловлювати свою думку, використовуючи рідну мову. Цього можна досягти через використання спортивної термінології, яка є загальноприйнятою для світового спортивного



товариства, а також через повідомлення спортивних новин рідною чи іноземними мовами [17].

Математична компетентність передбачає виявлення простих математичних залежностей в навколишньому світі, моделювання процесів та ситуацій із застосуванням математичних відношень та вимірювань, усвідомлення ролі математичних знань та вмінь в особистому і суспільному житті людини [9]. Математичну компетентність під час уроку фізичної культури можна сформувати, використовуючи математичні методи під час занять фізичною культурою, а саме: у початкових класах при проведенні естафет добирати такі завдання, які би давали можливість здійснювати математичні підрахунки, приклади на віднімання, додавання, множення чи ділення. У середніх та старших класах за допомогою математичних методів контролювати свій фізичний стан, здійснювати підрахунок та аналізувати частоту серцевих скорочень у стані спокою та під час фізичних навантажень, що дозволить школярам створювати індивідуальні фізкультурно-оздоровчі програми. Окрім цього це дасть можливість школярам добирати фізичні навантаження, опираючись на індивідуальні показники. Під час проведення двобічних спортивних ігор вести рахунок при проведенні змагань у різних видах спорту, а також розраховувати зусилля для досягнення мети, аналізуючи швидкість, відстань, траєкторію, тощо [15]. При формуванні цієї ключової компетентності учитель фізичної культури має донести до учня важливість математичного мислення для фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності.

Компетентності у галузі природничих наук, техніки і технологій передбачають формування допитливості, прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, самостійно чи в групі спостерігати та досліджувати, формулювати припущення і робити висновки на основі проведених дослідів, пізнавати себе та навколишній світ шляхом спостереження та дослідження [9, 15]. При формуванні компетентностей у галузі природничих наук, техніки і технологій варто зробити акцент на проведенні фізкультурно-оздоровчих

занять в умовах природного середовища; використанні сил природи в процесі занять із фізичної культури; вмінні організувати та здійснювати туристичні мандрівки; застосовувати інноваційні технології для покращення здоров'я, для задоволення від рухової активності [9, 15]. При цьому надзвичайно важливо, на нашу думку, сформувати розуміння у школярів гармонійної взаємодії людини і природи, сприймання екологічного довкілля як ідеального простору для реалізації фізичної активності людини; ціннісне ставлення до навколишнього середовища як до потенційного джерела здоров'я, усвідомлення важливості бережливого природокористування. Цього можна досягти через навчальні ресурси, такі як: туристичні мандрівки, фізичні вправи на свіжому повітрі, засоби загартовування, сучасні фітнес-технології.

Екологічна компетентність передбачає усвідомлення основи екологічного природокористування, дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів, розуміючи важливість збереження природи для сталого розвитку суспільства. Екологічна компетентність, на нашу думку, могла би формуватися у дітей в рамках попередньої. Однак відповідно до Закону України “Про освіту”, вона виділена як самостійна ключова компетентність. На нашу думку, основна мета цієї компетентності у фізичному вихованні полягає в тому, щоб під час виконання фізичних вправ в умовах природного середовища школярів знали, розрізняли та уникали біотичних та абіотичних небезпек; дотримувалися правил безпеки під час уроків, змагань та інших форм фізичного виховання; гігієнічних вимог щодо спортивного одягу, спортивних споруд та температурних режимів [9, 15].

Інноваційність, що передбачає відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі, формування знань, умінь, ставлень, що є основою компетентнісного підходу. Основна мета впровадження цієї ключової компетентності у фізичному вихованні це уміння застосовувати інноваційно-оздоровчі технології для покращення фізичного стану;

розвивати варіанти ідеї та можливості створення нових оздоровчих технологій, досліджувати та експериментувати з інноваційними підходами у фізичному вихованні; створювати інноваційні програми індивідуальних фізкультурно-оздоровчих занять. При реалізації ключової компетентності «Інноваційність» учні зможуть усвідомити значення інноваційних технологій у фізичному самовдосконаленні; розумітимуть потребу у впровадженні інноваційних засобів у фізичному вихованні[9, 15].

Інформаційно-комунікаційна компетентність передбачає опанування основ цифрової грамотності для розвитку і спілкування, здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях. Інформаційно-комунікативна компетентність у фізичному вихованні полягає в тому, щоб сформувати в школярів уміння використовувати цифрові пристрої для отримання інформації на спортивну тематику та комунікацію між собою; для навчання техніки рухових навичок, фізичних вправ; оцінювання власного фізичного стану, моніторингу рухової активності. Окрім цього, надзвичайно важливо, щоб школярі усвідомлювали вплив інформаційних та комунікаційних технологій і пристроїв на здоров'я людини, переваг та ризиків їхнього застосування; розуміння проблем та наслідків комп'ютерної залежності [9, 15]. Рекомендуємо застосовувати такі навчальні ресурси: комп'ютерні програми для корекції фізичного стану, відео майстер-класи з різних видів спорту, відеоуроки та відеоролики про проведення різних форм фізкультурно-оздоровчих занять.

Навчання впродовж життя передбачає опанування умінь і навичок, необхідних для подальшого навчання, організацію власного навчального середовища, отримання нової інформації з метою застосування її для оцінювання навчальних потреб, визначення власних навчальних цілей та способів їх досягнення, навчання працювати самостійно і в групі [9, 15]. Реалізація цієї ключової компетентності, на нашу думку, є надзвичайно важливою у фізичному вихованні школярів, оскільки дає можливість учням

розв'язувати проблемні завдання у сфері фізичної культури і спорту; досягати конкретних цілей у фізичному самовдосконаленні; розробляти індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, мотивів та потреб; шукати, аналізувати та систематизувати інформацію у сфері фізичної культури та спорту [18]. При формуванні цієї ключової компетентності важливо сформувати розуміння потреби постійного фізичного вдосконалення.

Громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей, що передбачають співпрацю з іншими особами для досягнення спільної мети, активність у житті класу і школи, повагу до прав інших осіб, уміння діяти в конфліктних ситуаціях, пов'язаних із різними проявами дискримінації, цінувати культурне розмаїття різних народів та ідентифікувати себе як громадянина України, дбайливе ставлення до власного здоров'я і збереження здоров'я інших людей, дотримання здорового способу життя [9,15]. Цю ключову компетентність у фізичному вихованні варто реалізовувати через виховання організаторських здібностей школярів. Рекомендуємо формувати здатність учнів до організації гри чи іншого виду командної рухової діяльності; до спілкування в різних ситуаціях на засадах поваги та товарищескості; нівелювання конфліктних ситуацій, які можуть виникати у процесі спортивної діяльності; дотримання правил чесної гри (Fair Play): поважати суперника, здобувати перемогу чесним шляхом за рахунок ретельної підготовки, з гідністю приймати поразку, пам'ятати, що головна перемога – це перемога над собою. При реалізації цієї ключової компетентності важливо сформувати в дітей вміння цінувати підтримку, повагу до альтернативних думок і поглядів, а також толерантність; розуміння зв'язку між руховою активністю та здоров'ям; свідомого ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших [9, 15].

Культурна компетентність передбачає залучення до різних видів мистецької творчості шляхом розкриття і розвитку природних здібностей, творчого вираження особистості. Реалізація цієї ключової компетентності у фізичному вихованні має бути спрямована на вміння виражати свій культурний потенціал через рухову діяльність; на формування та удосконалення культури рухів; дотримання мовленнєвого етикету; усвідомлення можливостей національного самовираження та самореалізації через фізичну культуру та спорт [9, 15].

Підприємливість та фінансова грамотність передбачають ініціативність, готовність брати відповідальність за власні рішення, вміння організувати свою діяльність для досягнення цілей, усвідомлення етичних цінностей ефективної співпраці, готовність до втілення в життя ініційованих ідей, прийняття власних рішень. У фізичному вихованні цю ключову компетентність варто розглядати та формувати через призму розвитку організаційних, лідерських якостей, таких як: вміння боротися, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку; контролювати свої емоції; організувати свій час і мобілізувати ресурси; оцінювати власні можливості в процесі рухової діяльності; реалізовувати різні ролі в ігрових ситуаціях; вміння працювати в команді; відповідати за власні рішення; користати з власних переваг і визнавати недоліки у тактичних діях у різних видах спорту, планувати та реалізовувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо) [9, 15].

## РОЗДІЛ 2

### МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Методи дослідження.

Визначені у дослідженні завдання передбачали гнучку та всебічну методику їх розв'язання.

#### **Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.**

У процесі використання цього методу обробка даних літератури та їх аналіз здійснювалися на всіх етапах дослідження. Вивчення результатів досліджень вітчизняних і зарубіжних авторів та практичного досвіду надало можливість оцінити стан проблеми, визначити рівень актуальності питань і вирішення їх у процесі дослідження; сформулювати мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження.

**Психолого-педагогічні тести.** Для визначення і перевірки рівня сформованості соціальної компетенції нами використовувалися зазначені тести (Додатки А-Г):

1. Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан)
2. Індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана
3. Тест "Комунікабельність" (методика В.Ф. Ряховського)
4. Методику «Дерево» (автор Д.Лампен) адаптував Л.П. Пономаренко
5. Рівень співпраці у дитячому колективі» методика Эльконіна Д.Б

Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейна (модиф. А.Прихожан) може використовуватися для будь-якого віку, вона заснована на безпосередньому оцінюванні (шкалуванні) школярами ряду особистих якостей, таких як здоров'я, здібності, характер і т.д. Піддослідним пропонується на вертикальних лініях відзначити певними знаками рівень розвитку у них деяких якостей (показник самооцінки) і рівень домагань, тобто рівень розвитку цих же якостей, який би задовольняв їх. Кожному випробуваному пропонується бланк методики.

**Індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана.** Методика «Індикатор

допінг-стратегій» Д. Амірхана адаптована в психоневрологічному науково-дослідному інституті імені В.М. Бехтерева. Вона дозволяє встановити тип і вираженість використовуваної допінг-стратегії. Методика включає три шкали, які відповідають одному з типів поведінки: «Вирішення проблем», «Пошук соціальної підтримки» і «Уникнення проблем». Методика складається з 33 висловлювань, для кожного з яких досліджуваним необхідно вибрати один з трьох найбільш прийнятних варіантів відповіді: «Повністю згоден», «Згоден», «Не згоден». Нарахування балів за кожною шкалою проводиться відповідно до ключів.

Тест **"Комунікабельність"** (методика В.Ф. Ряховського) . Тест оцінки рівня товарищескості, комунікативності містить можливість визначити рівень комунікативності людини, його здатності встановлювати, підтримувати і зберігати хороші особисті і ділові взаємини з оточуючими людьми. Випробуваному пропонуються питання, відповідати на які слід, використовуючи три варіанти відповідей - "так", "іноді" і "немає" [ 27].

Методику **«Дерево» (автор Д.Лампен)** адаптував Л.П. Пономаренко. Вона може використовуватися для оцінки успішності адаптації дитини на початку шкільного навчання і при переході в середню ланку. Методика дозволяє досить швидко визначити особливості протікання адаптаційного процесу, виявити можливі проблеми дитини. Діти, занурюючись у малювання, із задоволенням виконують запропоновані завдання, легко ототожнюють себе з тим чи іншим чоловічком [2].

**Рівень співпраці у дитячому колективі»** методика **Ельконіна Д.Б.** Мета цього тесту виявити рівень співпраці в дитячому колективі. Суть тесту полягає в тому, що учневі потрібно уявити, що в кожному твердженні йдеться про його клас. Тестування включає 20 тверджень, які передбачають 10 шкал: цінність школи, цінність класу, цінність особистості, цінність творчості, цінність діалогу, цінність рефлексії, цінність креативності класного керівника, цінність діалогічності класного керівника, оцінка рефлексивності класного керівника, відвертість класного керівника [8].

**Експериментальне дослідження:** констатуючий, формуючий і констатуючий експеримент другого порядку.

**Методи математичної статистики** використовувалися для якісної обробки результатів дослідження.

## **2.2. Організація дослідження**

Дослідження проводилося в чотири етапи.

**На першому етапі (вересень - листопад 2018 р.)** вивчалися теоретико-методичні основи формування компетентностей учнів засобами фізичного виховання і спорту

**На другому етапі (грудень 2018 – січень 2019 рр.)** проводився констатуючий експеримент, що полягав у діагностиці рівня розвитку соціальних компетентностей в учнів

**На третьому етапі (лютий – травень 2019 рр.)** - формуючий експеримент, що полягав в впровадженні в освітній процес з фізичної культури рухливих ігор направлених на формування соціальних компетентностей, запозичених з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти (**International Council of Sport Science and Physical Education**)

**Четвертий етап (червень – листопад 2019 р.)** – констатуючий експеримент другого порядку, що передбачав аналіз, обробку та педагогічну інтерпретацію результатів дослідження.

В експерименті брали участь учні **3-4 класів ліцею №2 м. Дрогобича** в кількості 50 осіб.

У заняття фізичною культурою впродовж лютого-травня 2019 року були впроваджені й адаптовані нами рухливі ігри, які рекомендовані Міжнародною радою спортивних наук і фізкультурної освіти для формування соціальних компетентностей учнів (додаток Д)



## РОЗДІЛ ІІІ

### ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 3.1.Констатуючий експеримент

Первинна діагностика учнів 3-х класів щодо виявлення у них рівня соціальних компетентностей була проведена в кінці 2018-2019 навчального року. Були визначені окремі компоненти соціальної компетентності підібрані діагностичні методики, які вказані в таблиці № 1

Таблиця 1

Соціальна компетентність	МЕТОДИКА
Самооцінка	Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан)
Вирішення проблем	Індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана
Комунікбельність	Тест "Комунікбельність" (методика В.Ф. Ряховського)
Співпраця	Методика «Дерево» (автор Д.Лампен) адаптував Л.П. Пономаренко Методика Эльконіна Д.Б.

Як зазначено, у Вікіпедії, «самооцінка, елемент самосвідомості, що характеризується емоційно насиченими оцінками самого себе як особи, власних здібностей, етичних якостей і вчинків; важливий регулятор поведінки. Самооцінка визначає взаємини людини з її оточенням, її критичність, вимогливість до себе, відношення до успіхів і невдач. Тим самим самооцінка впливає на ефективність діяльності людини і розвиток її особи. Самооцінка тісно пов'язана з рівнем намагань, цілей, які людина перед собою ставить. Адекватна самооцінка дозволяє людині правильно співвідносити свої сили із завданнями різної складності і з вимогами тих, що оточують. Неадекватна (завищена або занижена) самооцінка деформує внутрішній світ особи, спотворює її мотиваційна і емоційно-вольова сфери і тим самим перешкоджає гармонійному розвитку». [29].

За результати дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан) були отримані наступні результати у 20

учнів (40 %) – рівень самооцінки низький, у 28 учня (55 %) – адекватна самооцінка, і 2 учні (5%) самооцінка висока.

Для визначення стратегії поведінки під час виникнення проблемної ситуації нами використаний методика «індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана»

У результаті проведеного дослідження встановлено, що лише 5 учнів (10%) під час виникнення складної ситуації пробують самостійно розібратися з проблемою, у той же час 40 учнів (80%) очікують допомоги з боку друзів і близьких, і 5 учнів (10%) намагаються уникнути проблеми і відійти від неї.

Наступним нашим завданням було визначення рівня комунікабельності в учнів 3-х класів.

Комунікативні здібності – це здібності до створення міжособистісних відносин, що забезпечують успішну колективну діяльність, і визначення свого місця в ній, здатність привертати до себе людей. Саме комунікативні здібності забезпечують ефективність спілкування з іншими людьми та психологічну сумісність у спільній діяльності [20].

За результатами опитувальника Ряховського В.Ф. встановлено, що 17 учнів (35%) мають низький рівень комунікабельності, 23 учнів (45%) середній рівень і 10 учнів (20%) – лише високий рівень комунікабельності.

Важливою якістю людини є вміння співпрацювати. Згідно визначення А.Субботіна співпраця це — спільна з ким-небудь діяльність, спільна праця для досягнення мети [31]

Для визначення рівня співпраці у дитячому колективі нами використовувалася методика розроблена Ельконіном Д.Б. Було встановлено, що лише 3 учні (5%) мають високий рівень співпраці, середній рівень виявлений у 25 учнів (50%) і 22 учні (45%) мають низький рівень співпраці.

Проективна методика «Дерево» була спрямована на виявлення статусу учнів серед ровесників, як вони себе почувають поміж них. Результати використання зазначеної методики виявили, що 32 учня (65%) знаходяться

в комфортному стані, люблять спілкуватися, відчувають дружню підтримку і до 3 класу нормально адаптувалися в класному колективі. Відчуття тривожності і замкнутості виявлено у 13 осіб ( 25%), а 5 учнів (10%) відчувають відстороненість від навчального процесу, певну замкнутість.

Отримані результати первинної діагностики свідчать, що учні ймовірно мало спілкуються з ровесниками і дорослими. Фактором такої поведінки є середній рівень комунікативних здібностей та середній рівень співпраці в колективі, який проявляється в недостатньому вмінні дітей оцінити ситуацію, що склалася і при цьому визначити для себе адекватний стиль поведінки. Основні проблеми полягають у невмінні дітей організувати і контролювати власну поведінку для ефективного взаємодії з оточуючими.

### **3.2. Формуючий експеримент**

Метою цього етапу було впровадження в уроки фізичної культури учнів 3-х класів рухливих ігор запозичених з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти (**International Council of Sport Science and Physical Education**) з метою формування соціальних компетентностей учнів (додаток Д) .

Також нами були виокремлені умови, що сприяють на нашу думку успішному розвитку соціальних компетенцій. А саме: необхідність враховування вікових особливостей учнів; використання спеціально направлених педагогічних прийомів під час освітнього процесу з фізичного виховання; використання ігрових форм навчання, які дозволяють збільшити кількість соціальних і міжособистісних зв'язків між дітьми, збільшити згуртованість, взаєморозуміння , взаємодопомогу, розвинути навички роботи у групі, навчити пояснювати, слухати і розуміти співрозмовника, враховувати думку інших.

Враховуючи вищезазначені умови нами було визначені напрями діяльності, які ми вважаємо, будуть сприяти формуванню соціальних компетентностей. До них ми насамперед відносимо: використання

технологій, які створюють «ситуацію успіху»; домінування під час освітнього процесу ігрового методу з використанням спеціально добраних рухливих ігор; залучення учнів у більшій мірі до позакласної та позашкільної діяльності.

Відомо, що інтерес школяра до навчання може підтримувати лише успіх. Заставляючи учня, примушуючи його до навчання чи до занять спортом негативно впливає на психічний стан дитини, формує почуття власної неповноцінності, знижує самооцінку, а також веде до втрати інтересу до занять фізичними вправами. Таким чином, важливим завданням у роботі вчителя фізичної культури є формування позитивної мотивації і вироблення потреби у систематичних заняттях фізичними вправами.

Тому під час занять вчителю необхідно використовувати різноманітні педагогічні технології, орієнтовані насамперед на задоволення потреб кожної дитини. Однією з них є створення «ситуацій успіху», коли учні отримують задоволення усвідомлюючи свої можливості, і підвищуючи тим самим самооцінку.

Вважаємо що важливими умовами для організації ситуації успіху під час уроку фізичної культури є:

1. Належна психологічна атмосфера уроку, коли школяр відчуває себе впевнено, комфортно, учитель намагається залучити дітей до колективної роботи, зацікавити
2. Використання індивідуального підходу з урахуванням резервів фізичного розвитку та фізичної підготовленості.
3. Заохочення школярів за будь-які успіхи: як можна частіше хвалити дітей, підбадьорювати.
4. Об'єктивне виставлення оцінок. Для того щоб оцінка була зрозуміла і прийнята учнем, він повинен розуміти вимоги оцінювання.
5. Використання педагогічних прийомів, що сприяють досягненню навчального успіху на уроці (табл.2.)

## Педагогічні прийоми «ситуації успіху» на уроці фізичної культури

Прийоми	Очікувані результати
Призначення щоразу нових капітанів на уроці	Кожен учень матиме можливість отримати досвід лідера, проявляти ініціативу
Залучення учнів до проведення підготовчої частини уроку, до складання комплексів розвитку загальної і спеціальної фізичної підготовки	Учень отримує практичний досвід фізкультурно-оздоровчої діяльності, є зацікавленим проявити ініціативу, творчість, організаторські вміння
Використання індивідуального підходу при підборі вправ і дозування (виконання вправ з різним дозуванням)	Школяр може не виконувати вправа, яка є йому заскладна чи недоступною (наприклад підтягування) проте він виконує вправи з розвитку сили.
Вчитель пропонує вибір, коли якість можна замінити кількістю	Школяр може здійснити вибір залежно від рівня фізичної підготовленості, наприклад, якщо не може пробігти 1,5 км. то можливим є подолання 2 км., але біг можна чергувати з ходьбою
Залучення учнів до організації уроку, суддівства	Звільнений від занять з фізичної культури школяр бере участь у освітньому процесі, допомагає вчителю: виконуючи обов'язки судді, контролера і т.д. Отримує досвід суддівства, починає краще розбиратися у правилах спортивних ігор.
Використання шкільних стендів «Рекорд класу», «Особистий рекорд», «Найкращі спортсмени школи» і т.д.	Учень може встановити рекорд у будь-якій вправі, навіть сам може її придумати. Досягається відчуття успіху, зміцнюється позитивна мотивація
Моніторинг рівня фізичного розвитку кожного учня (як мінімум 2 рази у рік).	Учень має змогу порівнювати отримані результати з попередніми відслідковуючи їх приріст за рік
Звіт щодо досягнень учнів оприлюднюють (шкільні збори. Лінійки, ставлять до відома класних керівників та батьків)	Школяр є задоволений своїм результатом. З'являється бажання досягнути більшого.

Також важливим шляхом щодо оптимізації процесу соціалізації учнів є використання у роботі з ними ігрового методу навчання. Адже перевагою ігрового методу є можливість його використання навіть і під час неігрових видів фізичних вправ, а також його висока емоційність..

На кожному уроці фізичної культури нами застосовувалися елементи ігрової технології:

-для навчання рухових дій (рухливі ігри, спортивні гри – елементи баскетболу, волейболу, футболу);

-для розвитку різних фізичних якостей (різні естафети, рухливі ігри);  
-для формування понять про норми громадської поведінки, виховання культурних навичок поведінки;

-для збільшення позитивних емоцій від занять фізичною культурою і тим самим підвищення інтересу до занять фізичними вправами і спортом.

Результатом використання ігрового методу стала активна рухова діяльність ігрового характеру і викликані нею позитивні емоції, що сприяли не лише зміцненню здоров'я, а й удосконаленню соціальних компетентностей.

Проте з метою формування соціальних компетентностей в учнів окрім традиційних рухливих ігор, які проводяться в школах України нами додатково були впроваджені рухливі ігри запозичені з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти (International Council of Sport Science and Physical Education) [42].

Під час як запровадження були враховані наступні принципи:

- принцип поступовості - від простого до складного (починали ігри з простих правил, з легшими м'ячами поступово ускладнюючи);
- принцип наочності (використовували показ й демонстрацію);
- принцип доступності (підбір вправ за складністю відповідно до індивідуальних вікових і статевих особливостей, рівнем підготовленості; вправи повинні бути доступні і в той же викликати певні труднощі для учнів);
- принцип міцності (вивчений матеріал шляхом повторень доводиться до певного рівня оволодіння руховою дією).

Для досягнення високої результативності гри нами також враховувалися такі вимоги:

- 1) формування мотиву діяльності (для чого);
- 2) формування системи знань на основі гри (що розвиває);
- 3) залучення усіх учнів до процесу гри.

Ігрова діяльність як засіб соціалізації особистості вимагає управління з боку дорослого щодо взаємодії підлітка з ровесниками, педагогом. Взаємини з однолітками під час рухливих ігор активізують певні особистісні якості. Виникає потреба в тій чи іншій якості (активності, життєрадісності, оптимістичності та ін.), яка допомагає школярам адаптуватися в середовищі «дитина - дорослий», «дитина - дитина», відчувати емоційне благополуччя.

Школяр отримує можливість відбору, активізації якостей, «потрібних» конкретному суспільству у даний момент, і вміння пристосовуватися до середовища, яке виховує у нього повагу до оточуючих, задовольняє його потребу в позитивній оцінці, сприяє розвитку почуття впевненості в собі. Учні вчаться дружити, і під час ігор оволодівають способами поведінки, необхідними для успішного життя у суспільстві (взаємодопомога, підтримка, спілкування, опіка та ін.).

Гра сприяє розвитку рефлексії, оскільки в грі виникає реальна можливість контролювати те, як виконується дія, що входить в процес спілкування. Подвійна позиція граючого - виконавець і контролер - розвиває здатність співвідносити свою поведінку з поведінкою певного зразка. В ігровій діяльності виникають передумови до рефлексії як чисто людської здібності осмислювати свої дії, передбачаючи реакцію інших людей, а також для реалізації своїх можливостей.

Під час використання ігор нами використовувалися наступні прийоми (табл. 3.)

**Таблиця 3.**

<b>Прийоми</b>	<b>Передбачувані результати</b>
Індивідуальний підхід у підборі Засобів і дозування.	Ті учні, які добре оволоділи технікою гри у волейбол грають у нього, у тих яких рівень є не достатній грають «Вибивила» з елементами волейболу. Даний прийом дозволяє підтримувати інтерес до занять без винятку в усіх дітей, скеровуючи їх на вдосконалення
Індивідуальна опіка (сильніший учень працює в парі зі слабкшим)	Швидше відбувається навчання слабшого але й переваги отримує сильніший, який у процесі навчання когось краще і глибше засвоює навчальний матеріал.

Змагальний метод й уроки-змагання	Досягається відчуття успіху, з'являється бажання покращувати досягнуті результати
Звертати увагу як на позитивні так і негативні дії з боку учнів в процесі взаємодії під час гри	Учень отримує досвід спілкування, вчиться гідно перемагати і програвати, не Насміхатися над чужими хибами, формується відчуття безпеки і захщенності. Розвиваються такі якості, як цілеспрямованість, впевненість в собі, доброзичливість тощо.

Зазначимо, що важливу роль у формуванні соціальних компетентностей в учнів займає їх рівень залучення до позакласної й позашкільної діяльності. Впродовж проведення експериментальної частини дослідження ми намагалися активізувати зазначений вид діяльності. Зокрема, нами організовувалося разом з батьками «Веселі старти», «Тато, мама, я – ми спортивна сім'я» та ін. заходи.

Як виявилось учні були самі зацікавлені «підтягнути» тих хто менше поки що готовий, що сприяло формуванню соціальних компетентностей. Окрім того, деякі учні відчувши задоволення від участі у змаганнях, перейнявши дух суперництва виявили бажання самовдосконалюватись розпочавши відвідування спортивних гуртків і секцій.

Окрім того був проведений «Олімпійський урок», на якому ми акцентували увагу на важливості позитивних цінностей, які формує фізичне виховання і спорт.

### 3.3. Констатуючий експеримент другого порядку

Впродовж вересня – жовтня 2019 року нами була проведена повторна діагностика рівня формування соціальних компетентностей учнів 4-х класів. Використовувалися таж батарея тестів, що і констатуючому експерименті.

За результатами методики «Тест Самооцінка» (Дембо - Рубінштейн) встановлено, що низька самооцінка залишилася лише у 10% (5 учнів), , у 75% (37 учнів) виявлена адекватна самооцінка, у 10%(5 учнів) – висока, і у 5 % (3 учнів) – зависока.



Під час повторного вивчення стратегії поведінки під час виникнення проблемної ситуації в учнів нами використана методика «індикатор копінг-стратегій Д. Амірхана»

У результаті проведеного дослідження встановлено, що після проведення експерименту у 75% (37 учнів) стали готовими самостійно розбиратися з проблемами, що виникають, лише 20% (10 учнів) очкують на допомогу з боку друзів, і 5% (3 учня) намагаються уникнути проблему і відійти від неї.

Результати використання методики «Дерево» виявили наступні результати. 37 учнів (75%) знаходяться в комфортному стані, люблять спілкуватися, відчувають дружню підтримку і до 4 класу нормально адаптувалися в класному колективі. Відчуття тривожності і замкнутості виявлено у 10 осіб (20%), а у 3 учнів (5%) відчувають відстороненість від навчального процесу.

При повторному використанні методики визначення рівня комунікативності Ряховського встановлено, що у 30 учнів (60%) рівень комунікативності став середнім, у 20 учнів (40%) – високий рівень, учнів з низьким рівнем не виявлено.

Результати заключної діагностики щодо визначення рівня співпраці в колективі показали, що у 10% учнів є високий рівень, у 65% - середній рівень і у 25% учнів низький рівень співпраці.

### **3.4 Обговорення результатів дослідження**

Таким чином проведене дослідження дозволяє нами визначити ефективність використання підходів та впливу рухливих ігор запозичених з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти (International Council of Sport Science and Physical Education) і рекомендованих для формування соціальних компетентностей учнів під час занять фізичними вправами.

Порівнюючи дані отримані завдяки формуючому і констатуючому експерименті можна стверджувати про ефективність впливу впровадження вищезазначених ігор і підходів на формування соціальних компетентностей учнів.

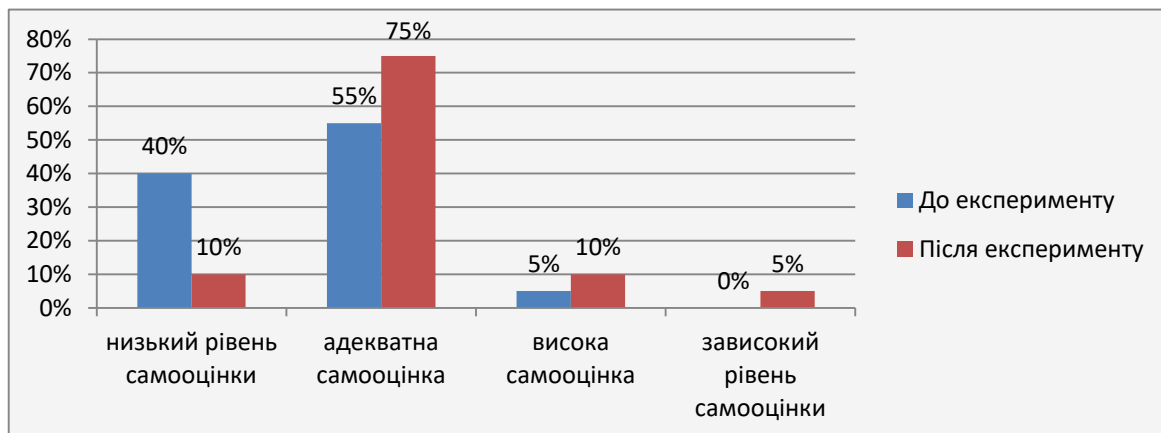


Рис.1 Динаміка зміни рівня самооцінки в учнів за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан)

Як бачимо, з рис.1 після проведення експерименту різко зменшилася кількість учнів, які оцінювали свій рівень самооцінки як низький з 40% до 10%. В той же час зросла кількість дітей з адекватною самооцінкою з 55% до 75%. Це означає, що більше дітей стали впевненішими у собі, навчилися оцінювати себе і свої здібності, моральні якості і вчинки

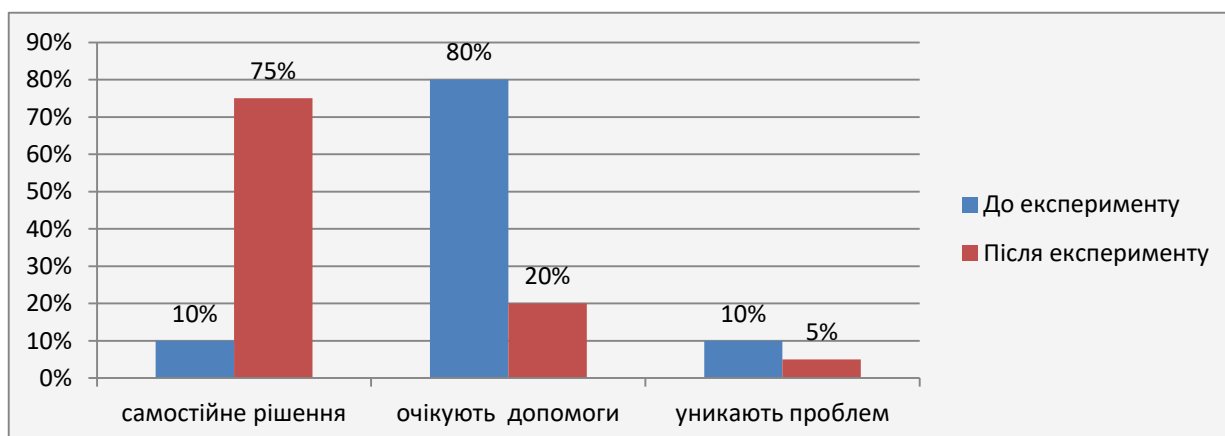


Рис.2 Динаміка зміни стратегії поведінки учнів під час виникнення проблемної ситуації за методикою Д. Амірхана

Відбулися позитивні зміни і в стратегії поведінки учнів в умовах проблемної ситуації. Якщо до експерименту лише 10% готові були прийняти самостійно рішення, то після таких виявилось 75%, з 80%, що очікували допомогу від сторонніх залишилося лише 20%.

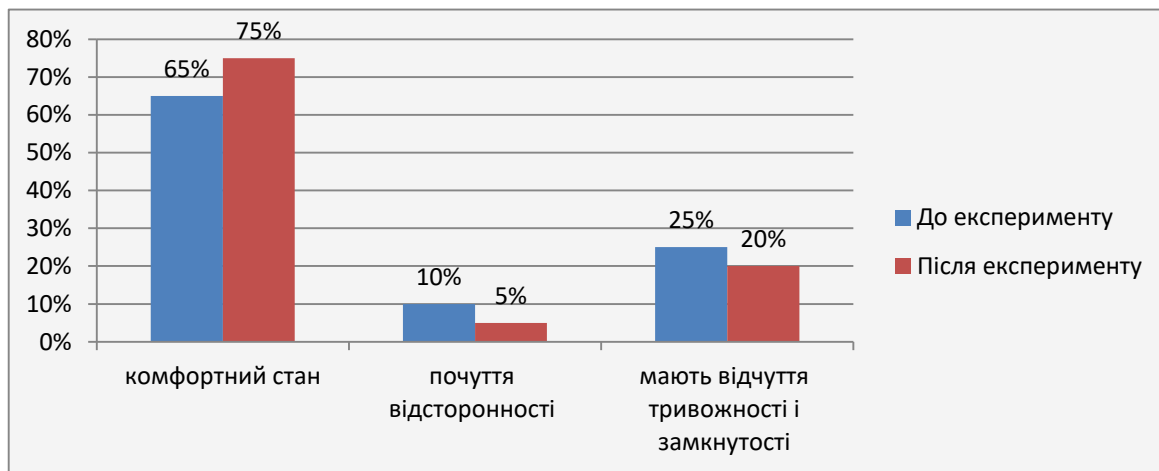


Рис.3 Динаміка зміна статусу поміж ровесників

Відзначимо незначну проте позитивну динаміку успішної адаптації дитини до шкільного навчання. Так після провадження адаптованих нами рухливих ігор на уроках фізичної культури на 10% зросла кількість учнів, які комфортно почувають себе у шкільному колективі, на 5% зменшилася кількість дітей, у яких відзначається почуття відсторонності, і на 5% з почуттям тривожності і замкнутості.

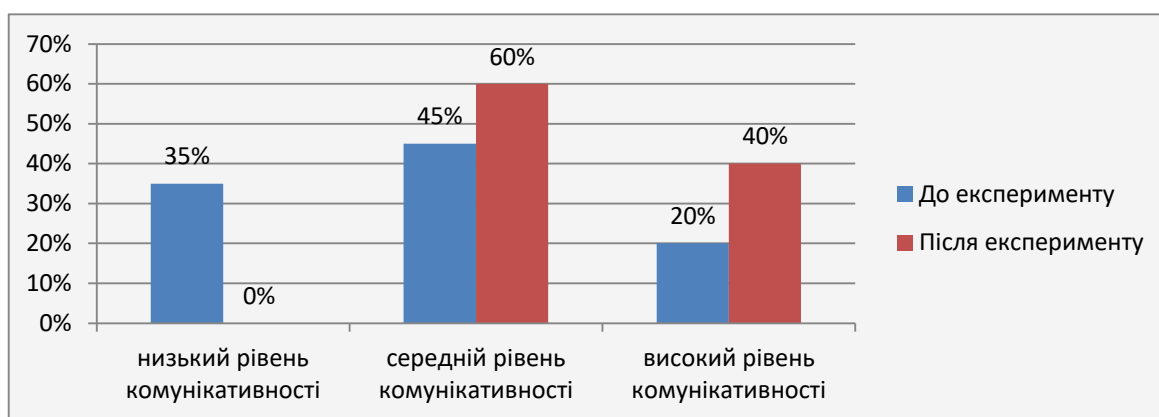


Рис 4 Динаміка зміни рівня комунікативності учнів за Ряховським В.Ф.

Результати проведення повторної діагностики, щодо визначення рівня комунікативності учнів свідчать про отримані позитивні зміни. Так, учнів з низьким рівнем не було виявлено взагалі (під час вхідної діагностики їх було

35%), з середнім рівнем комунікативності збільшилося 15%, і з високим на 20% (рис.4).

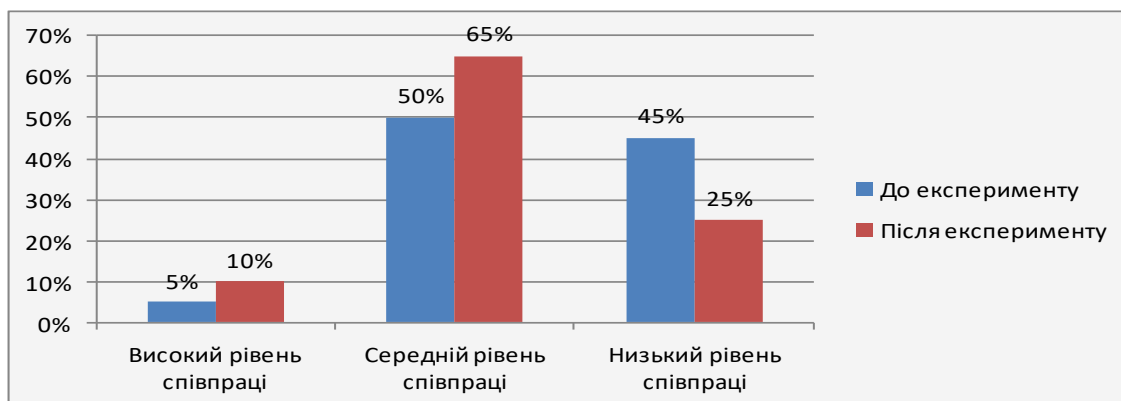


Рис.5. Динаміка зміна рівня співпраці у дитячому колективі за Ельконіном Д.Б.

Була відзначена і позитивна динаміка щодо зміни рівня співпраці у дитячому колективі. Відзначимо збільшення на 5% учнів з високим рівнем співпраці, на 15% з середнім, і зменшення 20% учнів з низьким рівнем співпраці.

Таким чином, в цілому можна стверджувати про зростання рівня соціальних компетентностей учнів 4-х класів, що свідчить про ефективність впроваджених нами ігрових технологій і створених умов, що сприяли на нашу думку успішному розвитку зазначених компетенцій.

## ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Шкільна дисципліна “фізична культура” є дієвим засобом гармонійного розвитку особистості учня, формування в дитини ключових компетентностей, а освітній процес з фізичного виховання повинен бути побудований таким чином, щоб дитина опинялася у ситуаціях, які сприяють їх формуванню.

Вважаємо, що формування соціальних та громадянських компетентностей на уроках фізичної культури можна реалізовувати через формування здатності в школярів до організації гри чи іншого виду командної рухової діяльності; до спілкування дотримуючись поваги та товариськості у різних ситуаціях, що виникають; вміння уникати конфліктних ситуацій, які часто виникають під час спортивної діяльності; дотримання правил Fair Play, вміти перемагати і гідно програвати.

У ході виконання дослідження нами виокремленні спеціальні умови, що сприяють на нашу думку успішному реалізації соціальних компетенцій в учнів молодшої школи. Зокрема це: важливість враховування вікових особливостей учнів; використання спеціально скерованих педагогічних прийомів під час освітнього процесу з фізичного виховання; використання ігрових технологій навчання, які сприяють збільшенню кількості соціальних і міжособистісних зв'язків між дітьми, зростанню згуртованості, взаєморозумінню, взаємодопомоги, розвивають навички роботи у групі, навчають пояснювати, слухати і розуміти співрозмовника, поважати думку інших. Враховуючи вищезазначені умови нами було визначені напрями діяльності, які сприяють успішному формуванню соціальних компетентностей. До них ми насамперед відносимо: використання технологій, які створюють «ситуацію успіху», домінування під час освітнього процесу ігрового методу з використанням спеціально добраних рухливих ігор, залучення учнів у більшій мірі до позакласної та позашкільної діяльності.

У ході проведення експериментальної частини дослідження нами було визначено і перевірено рівень сформованості соціальних компетентностей учнів молодшої школи. Встановлено, що впроваджені нами підходи та використанні рухливі ігри у цілому позитивно вплинули на зростання рівня соціальних компетентностей. Відзначено позитивні зміни у рівні самооцінки учнів, у стратегії поведінки учнів під час виникнення проблемної ситуації, рівня комунікабельності та співпраці у дитячому колективі, відзначена незначна проте позитивна динаміка успішної адаптації дитини до шкільного навчання.

## Список використаної літератури

1. Антонова О. Є., Маслак Л. П. Європейській вимір компетентнісного підходу та його концептуальні засади / О. Є. Антонова, Л. П. Маслак // Професійна педагогічна освіта: компетентнісний підхід: монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – С. 81 – 109.
2. Белицкая Г. Э. Социальная компетентность личности [Текст] / Г. Э. Белицкая. — М.: ИП РАН, 2009. — 245 с.
3. Бібік Н. М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування / Н. М. Бібік // Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О. В. Овчарук. – К.: «К.І.С.», 2004. – С. 45 – 50.
4. Бондар С. Компетентність особистості інтегрований компонент навчальних досягнень учнів / С. Бондар // Біологія і хімія в школі. – 2003. – № 2. – С. 8 – 9.
5. Вербицький В.В. Формування ключових компетентностей учнів — основне завдання навчального закладу [Електронний ресурс] / Вербицький В.В. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/2372/1/Verbytsky.pdf>
6. Глузман О. В. Базові компетентності : сутність та значення в життєвому успіху особистості / О. В. Глузман // Педагогіка і психологія. – 2009. – № 2. – С. 51–61
7. Головань М.С. Компетенція і компетентність: досвід теорії, теорія досвіду // Вища освіта України.— 2008.— №3.— С. 23–30]
8. Голышева И. А., Сбитнева Е. С. К вопросу о диагностике социальной компетентности у младших школьников // Молодой ученый. — 2016. — №3. — С. 802-805. — URL <https://moluch.ru/archive/107/25597/> (дата звернення : 04.09.2019)].

9. Державний Стандарт початкової освіти : затверджений Постановою КМУ від 21.02.2018 р. № 87 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://dlse.multycourse.com.ua/ua/page/21/108>.
10. Звичайні форми роботи . новий підхід: розвиваємо ключові компетентності : метод. посіб. / К. А. Дмитренко, М. В. Коновалова, О. П. Семиволос, С. В. Бекетова. . Х. : ВГ «Основа», 2018. - 119 с
11. [Здорова школа: рухова активність:\[навч. посіб.\]/Олена Шиян, Наталія Сороколіт, Ірина Турчик](#)// Львів: Кольорове небо, 2013
12. Концепція «Нова школа. Простір освітніх можливостей» [Електронний ресурс]. – 40 с. – Режим доступу: <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/ua-sch-2016>.
13. Кубенко І.М. Що таке компетентність і як її розуміють в освіті[Електронний ресурс] / Кубенко І. – Режим доступу: [http://tme.umo.edu.ua/docs/Dod/1\\_2010/kubenko.pdf](http://tme.umo.edu.ua/docs/Dod/1_2010/kubenko.pdf) ]
14. Марущак О.М. Поняття компетентності у педагогічній діяльності / О. М. Марущак // Креативна педагогіка: [наук.-метод. журнал] / Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки «Полісся». – Житомир, 2016. – Вип. 11. – С. 97 – 108.
15. Москаленко Н. Ключові компетентності у фізичному вихованні школярів в рамках реформи “Нова українська школа»/ Москаленко Н. В., Сороколіт Н. С., Турчик І.Х. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019 – Випуск 5 К (113)19. –С.223-229
16. [Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–4 класи \[Електронний ресурс\]](#) 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)



17. Нова Концепція української школи [Електронний ресурс] / Л. Гриневич, О. Елькін, С. Калашнікова, І. Коберник, В. Ковтунець та ін.. за заг. ред. М. Грищенко. – Режим доступу: <http://www.oblosvita.mk.ua/attachments/article/3935/>
18. Нова українська школа: основи Стандарту освіти. – Львів, 2016. – 64 с.
19. Освіта на основі життєвих навичок [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://dlse.multycourse.com.ua/ua/page/15/53>
20. Платонов К.К. Структура и развитие личности. - М.: Наука, 1986. - 256 с.
21. Пометун О. І. Дискусія українських педагогів навколо питань запровадження компетентнісного підходу в українській освіті. — В кн.: «Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики» / Під заг. ред. О. В. Овчарук. — К.: «К.І.С.», 2004. – 112 с.
22. Пометун О. Запровадження компетентнісного підходу – перспективний напрям розвитку сучасної освіти // Вісник. – 2004. - №22
23. Пометун О.І. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.-метод. Посібник / Пометун О., Пироженко Л. – К. : АСК, 2004. – 192 с. [4]
24. Про затвердження Типової освітньої програми організації і проведення підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладами післядипломної педагогічної освіти : наказ МОНУ від 15.01.2018 р. . 36 [Електронний ресурс] – Режим доступу : [https://drive.google.com/file/d/1mG7U91TLtuHS7aEaBW1B\\_MuTP5fdgIis/view](https://drive.google.com/file/d/1mG7U91TLtuHS7aEaBW1B_MuTP5fdgIis/view).
25. Про створення робочих груп із розроблення навчальних програм для Нової української школи : наказ МОНУ від 16.08.2017 р. № 1182
26. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1-4 класів. Українська мова. // Початкова школа. – 2012. – № 6. – С. 57.
27. Психологические тесты для профессионалов/ авт. сост Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ. шк., 2007. – 496с.

- 28.Савченко О.Я. Дидактика початкової школи: Підручник для студентів педагогічних факультетів. – К.: Генеза, 1999. – С. 351.
- 29.Самооцінка. [<https://uk.wikipedia.org/wiki/Самооцінка>]
- 30.Селевко Г. Компетентности и их классификация / Г. Селевко // Народное образование. – 2004. – № 4. – С. 138–143.
- 31.Субботін А. Співробітництво // [Українська дипломатична енциклопедія](#) : у 2 т. / [Л. В. Губерський](#) (голова). — К. : [Знання України](#), 2004. — Т. 2 : М — Я. — 812 с. — [ISBN 966-316-045-4](#)
- 32.Теорія та методика фізичного виховання. Круцевич Т. Ю. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
- 33.Турчик І. Особливості навчальної програми з фізичної культури (1-4 класи) в Україні / Турчик І., Сацик О., Степанюк С. // Проблеми формування здорового способу життя молоді: Матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, магістрантів та аспірантів під заг. ред. Сіренко Р.Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім.Івана Франка, 2017. – С.13-16
- 34.Турчик І.Х. Формування громадянських цінностей в молоді США/ Турчик І.Х. // Педагогічні науки. – 2017, №3. – С.88-93
- 35.Фізична культура в школі: методичний посібник / за ред.С.Дятленка. К.: Літера ЛТД, 2009. – (Рекомендовано МОНУ (лист від 01.07.2009р. №1/11-4630)).
- 36.Химинець В. Компетентнісний підхід до професійного розвитку вчителя [Електронний ресурс] / Химинець В. – Режим доступу :<http://zakinppo.org.ua/2010-01-18-13-44-15/233-2010-08-25-07-10-49.>]
- 37.Хуторской А.В. Практикум по дидактике и современным методам обучения / Хуторской А.В. – Спб.: Питер, 2004. – 541 с. – (Серия «Учебное пособие»).
- 38.Часнікова О. В. Компетентнісний підхід в освіті як основа її реформування. Електронний ресурс] / Часнікова О. В. – Режим доступу : [https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page\\_id=2607](https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=2607)]

- 39.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина I. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2008. - 272 с.
- 40.Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 276 с.
- 41.ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. — Available at: <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annex-recommendation-key-competences-lifelong-learning.pdf>
- 42.Moving Together: Promoting psychosocial well-being through sport and physical activity Printed in Denmark by KLS Grafisk Hus. First edition 2014. - p.142

## Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн (модиф. А.Прихожан)

Інструкція. Сторони людської особистості можна умовно зобразити вертикальною лінією, нижня точка якої буде символізувати найнижчий розвиток, а верхня – найвищий. Вам пропонується сім таких ліній. Вони позначають: 1) здоров'я; 2) розум, здібності; 3) характер; 4) авторитет у оточуючих; 5) вміння багато чого робити своїми руками, умілі руки; 6) зовнішність; 7) впевненість у собі.

На вертикальних лініях відзначте певними позначками, як Ви оцінюєте розвиток у себе цих якостей на даний момент часу. Після цього позначкою відзначте, при якому рівні розвитку цих якостей Ви були б задоволені собою або відчули гордість за себе. Час, відведений на заповнення шкали разом з читанням інструкції, 10-12 хв.

Обробка та інтерпретація результатів.

Обробка проводиться за шістьма шкалами (перша, тренувальна – «здоров'я» - не враховується). Кожна відповідь виражається в балах. Довжина кожної шкали 100мм, відповідно до цього відповіді педагогів отримують кількісну характеристику (наприклад, 54мм = 54 балів).

За кожною із шести шкал визначаються:

- рівень домагань – відстань в мм від нижньої точки шкали («0») до знаку «х»;
- рівень самооцінки – від «0» до знаку «-»;
- значення розбіжності між рівнем домагань і самооцінкою - відстань від знаку «х» до знаку «-», якщо рівень домагань нижче самооцінки, він виражається від'ємним числом.

Розрахувати середню величину кожного показника рівня домагань і самооцінки за всіма шкалами.

Рівень домагань. Норму, реалістичний рівень домагань, характеризує результат від 60 до 89 балів. Оптимальний – порівняно високий рівень – від 75 до 89 балів, підтверджує оптимальне представлення про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку. Результат від 90 до 100 балів зазвичай засвідчує нереалістичне, некритичне ставлення педагогів до власних можливостей. Результат менше 60 балів свідчить про занижений рівень домагань, він – індикатор несприятливого розвитку особистості.

Рівень самооцінки. Кількість балів від 45 до 74 («середня» і «висока» самооцінка) засвідчують реалістичну (адекватну) самооцінку.

Кількість балів від 75 до 100 і вище свідчить про завищену самооцінку і вказує на певні відхилення у формуванні особистості. Завищена самооцінка може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими; така самооцінка може вказувати на суттєві викривлення у формуванні особистості – «закритості для досвіду», нечутливості до своїх помилок, невдач, зауважень та оцінок оточуючих. Кількість балів нижче 45 вказує на занижену самооцінку (недооцінку себе) і свідчить про крайнє неблагополуччя у розвитку особистості. За низькою самооцінкою можуть ховатися два абсолютно різних психологічних явища: справжня невпевненість в собі і «захисна», коли декларування (самому собі) власного невміння, відсутність здатності і тому подібного дозволяє не докладати жодних зусиль.

## МЕТОДИКА «ІНДИКАТОР копінг-стратегії» (Д. Амірхан)

**Інструкція.** Ми цікавимося, як люди справляються з проблемами, труднощами і неприємностями в їхньому житті. На бланку представлено декілька можливих шляхів подолання проблем, неприємностей. Ознайомившись з твердженнями, Ви зможете визначити, які із запропонованих варіантів зазвичай Вами використовуються. Усі Ваші відповіді відстануть невідомі стороннім. Спробуйте згадати про одну з серйозних проблем, з якою Ви зіткнулися за останній рік і яка змусила вас неабияк турбуватися. Опишіть цю проблему в кількох словах. Тепер, читаючи наведені нижче твердження, виберіть один з трьох найбільш прийнятних варіантів відповіді для кожного твердження.

Текст опитувальника

1. Дозволю собі поділитися переживанням з одним.
2. Намагаюся зробити все так, щоб мати можливість найкращим чином вирішити проблему.
3. Здійснюю пошук усіх можливих рішень, перш ніж що-небудь зробити.
4. Намагаюся відволіктися від проблеми.
5. Приймаю співчуття і розуміння кого-небудь.
6. Роблю все можливе, щоб не дати оточуючим можливість побачити, що мої справи кепські.
7. Обговорюю ситуацію з людьми, так як обговорення допомагає мені почувати себе краще.
8. Ставлю для себе низку цілей, що дозволяють поступово впоратися з ситуацією.
9. Дуже ретельно зважую можливості вибору.
10. Мрію, фантазую про кращі часи.
11. Намагаюся різними способами вирішити проблему, поки не знайду найбільш підходящий.
12. Довіряю свої страхи родичу або другу.
13. Більше часу, ніж зазвичай, проводжу один.
14. Розповідаю людям про ситуацію, так як тільки її обговорення допомагає мені прийти до її дозволу.
15. Думаю про те, що потрібно зробити для того, щоб виправити становище.
16. зосереджував повністю на вирішенні проблеми.
17. Обмірковую про себе план дій.
18. Дивлюся телевизор довше, ніж зазвичай.
19. Іду до кого-небудь (другові або спеціалісту), щоб він мені допоміг відчувати себе краще.
20. Проявляю завзятість і борюся за те, що мені потрібно в цій ситуації.
21. уникаю спілкування з людьми.
22. Перемикаюся на хобі чи займаюся спортом, щоб уникнути проблеми.
23. Іду до одного, щоб він допоміг мені краще усвідомити проблему.
24. Іду до одного за порадою - як виправити ситуацію.
25. Приймаю співчуття, взаємне розуміння друзів, у яких та ж проблема.
26. Сплю більше звичайного.
27. Фантазую про те, що все могло бути інакше.
28. Уявляю себе героєм книг чи кіно.
29. Намагаюся вирішити проблему.
30. Хочу, щоб люди залишили мене одного.
31. Приймаю допомогу від друга або родича.

32. Шукаю заспокоєння у тих, хто знає мене краще.

33. Намагаюся ретельно планувати свої дії, а не діяти імпульсивно.

Реєстраційний бланк методики «Індикатор копінг-стратегії»

П. І. Б. Дата

Вік

№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає
1			12			23		
2			13			24		
3			14			25		
4			15			26		
5			16			27		
6			17			28		
7			18			29		
8			19			30		
9			20			31		
10			21			32		
И			22			33		

Ключ. Шкала «дозвіл проблем» - відповіді «так» по пунктах 2, 3, 8, 9, 11, 15, 16, 17, 20, 29, 30.

Шкала «пошук соціальної підтримки» - відповіді «так» по пунктах 1,5,7,12,14,19,23,24, 25, 31, 32.

Шкала «уникнення проблем» - відповіді «так» по пунктах 4, 6, 10, 13, 18, 21, 22, 26, 27, 28, 30.

Оцінка результатів. Дозвіл проблем: 11-16 балів - дуже низька; 17-21 бал - низька; 22-30 балів - середнє; 31 і вище - висока. Пошук соціальної підтримки: нижче 13 балів - дуже низький; 14-18 балів - низький; 19-28 балів - середній; 29 і більше балів - високий.

Уникання проблем: 11-15 балів - дуже низька; 16-23 бали - низька; 24-26 балів - середнє; 27 і більше балів - висока.

## Тест

**Рівень комунікабельності (Тест В. Ф. Ряховського)**

Для визначення Вашого рівня комунікативності слід відповісти на запропоновані нижче запитання. Варіанти відповідей: «так», «ні», «іноді».

1. Вас чекає ординарна чи ділова зустріч. Чи вибиває Вас з колії її очікування?
2. Чи не відкладаєте Ви візиту до лікаря до останнього моменту?
3. Чи викликає у Вас ніяковість і невдоволення доручення виступити з доповіддю, повідомленням, інформацією на будь-якій нараді, зборах чи іншому подібному заході?
4. Вам пропонують поїхати у відрядження туди, де Ви ніколи не були. Чи докладете Ви максимум зусиль, щоб уникнути цього відрядження?
5. Чи любляете Ви ділитися своїми переживаннями з кимось?
6. Чи дратує Вас, якщо незнайома людина на вулиці звертається до Вас із проханням (показати дорогу, назвати час, відповісти на якесь запитання)?
7. Чи вірите Ви, що існує проблема батьків і дітей, що людям різних поколінь важко розуміти один одного?
8. Чи соромитеся Ви нагадати знайомому, що він забув Вам повернути невелику суму грошей, яку позичив кілька місяців тому?
9. У ресторані чи в їдальні Вам подали недоброякісну страву. Чи промовчите Ви, лише сердито відсунувши тарілку?
10. Залишившись наодинці з незнайомою людиною, Ви не вступите з нею в бесіду і відчуєте себе обтяженим(ою), якщо першою заговорить вона. Чи так це?
11. Чи жахаєтеся Ви будь-якої великої черги, хоч би де вона була (у магазині, бібліотеці, касі театру)? Віддасте перевагу відмові від свого наміру, чи станете у хвіст і будете знемагати в очікуванні?
12. Чи боїтеся Ви брати участь у будь-якій комісії з розгляду конфліктної ситуації?
13. У Вас є власні індивідуальні критерії оцінки творів художньої літератури, мистецтва, культури, і ні з чийми думками Ви не рахуєтеся. Чи так це?
14. Почувши будь-де в кулуарах висловлювання явно помилкової точки зору з відомого Вам питання, чи віддасте Ви перевагу мовчанню і не вступите в суперечку?
15. Чи викликає у Вас неприємне почуття будь-яке прохання допомогти розібратися в тому чи іншому службовому питанні або навчальній темі?

16. Вам краще викласти свою точку зору (міркування, оцінку) в письмовій формі, ніж в усній?

### **Обробка результатів**

Підрахуйте суму набраних Вами балів. За кожне «так» – 2 бали, «ні» – 1 бал, «іноді» – 0. За класифікатором визначте, до якої категорії комунікабельних людей Ви належите.

30 – 32 бали – Ви явно не комунікабельні, і це Ваша біда, так як страждаєте від цього більше всього Ви самі. Але й близьким людям з Вами нелегко! На Вас не можна поклатися у справі, яка потребує колективних зусиль. Прагніть бути більш комунікабельним, контролюйте себе.

25 – 29 бали – Ви замкнені, мовчазні, віддаєте перевагу самотності.

19 – 24 бали – Ви певною мірою комунікабельні й у незнайомих обставинах почуваєте себе цілком упевнено.

14– 18 бали – нормальна комунікабельність.

9 – 13 бали – Ви досить комунікабельні (іноді навіть занадто).

4 – 8 бали – комунікабельність Ваша дуже висока; скрізь почуваєте себе чудово; беретеся за будь-яку справу, хоча не завжди її можете довести до кінця.

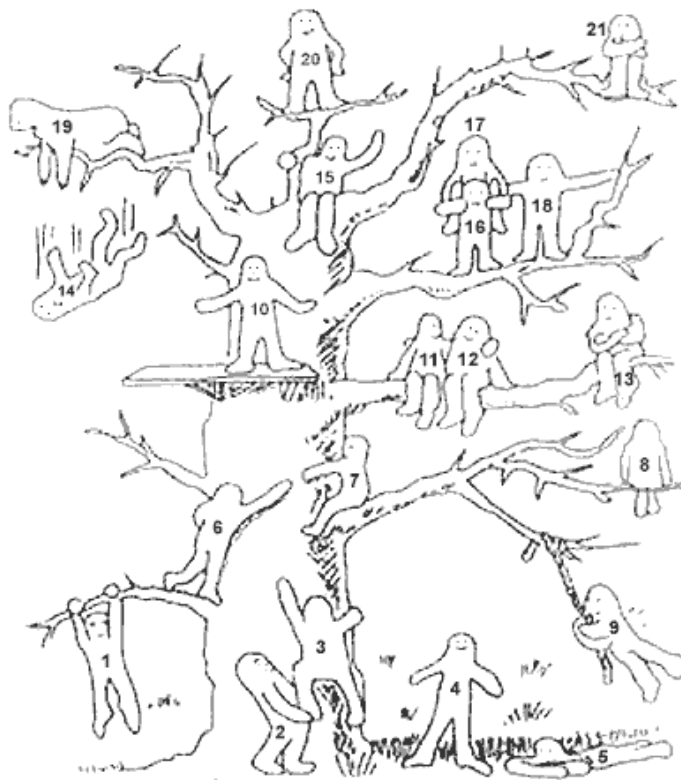
3 бали – Ваша комунікабельність має хворобливий характер. Ви балакучі, багатослівні, втручаєтеся у справи, в яких зовсім не компетентні, запальні й образливі.

Зробіть висновок стосовно питань: який рівень комунікабельності слід мати інженеру-педагогу? Чи слід щось змінювати в собі? Визначте конкретно що і якими шляхами та внесіть це до програми саморозвитку комунікативних умінь.



Тест «Дерево»

Інструкція. Роздивитись дерево. Ви бачите на ньому і поряд багато чоловічків. Який чоловічок нагадує Вам себе, Вашому настрою і положенню? Виберіть його, обведіть його червоним олівцем, поясніть свій вибір. Тепер зеленим олівцем обведіть того чоловічка, яким Ви хотіли б стати і на чиєму місці опинитися.



Ключ.

Позиції №1, 3, 6, 7 – характеризують установку на подолання перешкод.

№2, 11, 12, 16, 17, 18, 19 – активна життєва позиція та показники комунікабельності, дружньої підтримки, взаєморозуміння, взаємодопомоги, інколи, нехтування власними інтересами заради інших, альтруїзму.

№4 – стійкість позицій (бажання досягти успіху без подолання перешкод).

№10, 15 – впевненість у своїх силах, комфортний стан, нормальна адаптація, досить високий статус у колективі.

№9 – мотивація на розваги.

№13, 21 – потреба у зміні діяльності, у відпочинку; замкнутість, тривожність, відчуженість, образа, гнів, може бути проявом серйозних проблем в колективі або особистих негараздів.

№5 – втомлюваність, загальна слабкість, невеликий запас сил.

№8 – усунування від колективних справ, відхід у себе, замкнутість, самотійність, в деяких випадках можливі прояви суїцидальної поведінки.

№20 – безпідставне бажання бути лідером, «командувати», «щоб моє було зверху», прагнення досягти лідерства в мікрогрупах; завищена самооцінка, установка на лідерство

№14 – кризовий стан, «падіння у прірву»; незадоволення ситуацією, що склалась в колективі, бажання привернути до себе увагу, в деяких випадках – бездіяльність, пасивність як роль, демонстративно занижена самооцінка: «Я сам нічого не можу».

## РОЗМИНКА І ЗАМИНКА



## Дотик восьминога



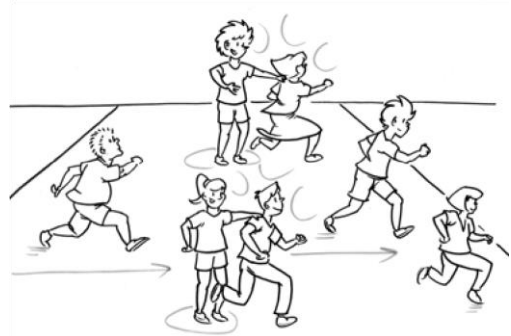
Середня група (7-14 учасників)  
Велика група (більше 15 учасників)



Площадка/спортивний зал.  
Позначки території. (конуси, бутилки і т.д.)



Один учасник(восьминіг) стоїть посередині ігрової зони. Інші учасники вишиковуються на лінії ігрової зони. Коли восьминіг каже «Старт», всі учасники повинні бігти до іншої відміченої ігрової лінії. Коли восьминіг торкнувся когось, він не рухається з місця. Вони будуть допомагати восьминогу в наступному раунді(призупиняти інших учасників). Останній гравець стає восьминогом в наступній грі.



- Може бути тільки один восьминіг.
- Восьминіг ловить дотиком.
- Заборонено бити й штовхати інших учасників.
- Коли когось зловили – вони стають за команду восьминога.
- Команда восьминога не має права рухатися і можуть затримати тільки руками.
- Гра закінчується, коли залишається один учасник.



• Якщо буде застосовано насильство, учитель повинен негайно припинити гру й розібратися в цьому.



- Восьминіг має обмежену територію.
- Замість бігу можна використовувати різні види пересування(стрибки, сидячи і т.д.).
- Хтось з гравців може мати м'яч. Він не може бути впійманим.



- Кооперативність
- Чесність
- Планування

## РОЗМИНКА І ЗАМИНКА



### Біг з тінню



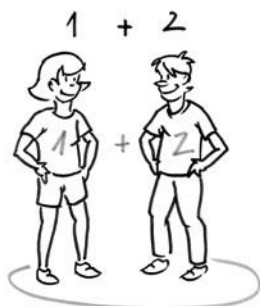
Мала група (2-6 учасників)  
Середня група (7-14 учасників)  
Велика група (більше 15 учасників)



Майданчик /спортивний зал.  
Позначки території.(конуси, бутилки і т.д.)



Гравці позначаються номером «1» і номером «2». «1» завжди йде за «2», куди б він не пішов у відміченій зоні. Через хвилину – вони міняються ролями. Це популярна гра серед малих дітей. Старші діти і підлітки можуть робити ускладнені завдання (копнути уявний м'яч, йти крок в крок).



- Учасники грають в парах.
- Завжди є той гравець лідер(номер 1) і той кого ведуть(номер 2).
- Ролі повинні мінятися через певний час.
- Не повинно бути тілесного контакту між учасниками.



•Якщо є непарна кількість учасників, то одна група складається з 3 гравців. «1» - лідер, а «2» й «3» - повторюють.



- Лідер може йти позаду або з боку й казати, що робити.
- Вчитель може під час гри поміняти напарників з різних груп.
- Замість слідкування, учасники можуть рухатися зеркально і йти спиною вперед.



- Дисципліна
- Лідерство
- Не вербальна комунікація



## Відбий або злови



Мала група (2-6 учасників)  
Середня група (7-14 учасників)  
Велика група (більше 15 учасників)



Площадка/спортивний зал. (має бути чистою, бо учасникам доведеться лягти на землю)  
М'яч або подібна річ.



Гравці стають навколо ведучого з м'ячем. Ведучий кидає і кричить «лови» або «відбий», коли м'яч в повітрі. Якщо не виконано команду, то гравець сідає на одну ногу, потім на дві, сідає, в кінці лягає на землю. Якщо учасник виконує команду правильно – починає вставати по порядку.



- Ведучий кидає м'яч і дає команду заки м'яч в повітрі («Лови» або «Відбий»).
- При допусканні помилок: стають на одне коліно, 2 коліна, сідають повністю і лягають на живіт.
- Гра закінчується, коли всі учасники лежать на землі.



- Вчитель може вибрати ведучого, що стоятиме в середині.
- М'ячик можна відбивати головою або іншою частиною тіла.



- Коли хтось виконав завдання правильно, він або вона міняється місцями з ведучим.
- Якщо всі знають імена інших учасників, то можна називати ім'я учасника, якщо це було правильне ім'я, то учасник ловить, якщо ні – відбиває.



- Повага
- Концентрація

## АНОТАЦІЯ

**Формування соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання.** Підтверджено, що шкільна дисципліна “фізична культура” є дієвим засобом гармонійного розвитку особистості учня, формування в дитини ключових компетентностей, а освітній процес з фізичного виховання повинен бути побудований таким чином, щоб дитина опинялася у ситуаціях, які сприяють їх формуванню соціальних компетентностей в учнів засобами фізичного виховання.

**Об’єкт** дослідження – процес фізичного виховання учнів молодшої школи. **Предмет** дослідження – формування соціальних компетентностей у процесі фізичного виховання. **Завдання** дослідження: визначити теоретико - методичні основи формування компетентностей учнів засобами фізичного виховання і спорту; обґрунтувати та впровадити напрями діяльності, які будуть сприяти формуванню соціальних компетентностей під час занять фізичними вправами; визначити і перевірити рівень сформованості соціальних компетенцій учнів молодшої школи.

**Наукова новизна:** вперше визначено ефективність використання впроваджених підходів та впливу рухливих ігор запозичених з посібника «Life movement» розробленого під егідою Міжнародної ради спортивних наук і фізкультурної освіти на формування соціальних компетентностей учнів молодшої школи під час занять фізичними вправами.

У ході проведення експериментальної частини дослідження нами було визначено і перевірено рівень сформованості соціальних компетентностей учнів молодшої школи. Встановлено, що впроваджені нами підходи у цілому позитивно вплинули на зростання рівня соціальних компетентностей. Відзначено позитивні зміни у рівні самооцінки учнів, у стратегії поведінки учнів під час виникнення проблемної ситуації, рівня комунікабельності та співпраці у дитячому колективі, відзначена незначна проте позитивна динаміка успішної адаптації дитини до шкільного навчання.