

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет фізичного виховання та спорту  
Кафедра теорії та методики фізичного виховання**

**ВИХОВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ  
ЗАСОБАМИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ**

**Кваліфікаційна робота**

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала: студент 4 курсу 411 групи  
Спеціальності: 014.11 Середня освіта  
(Фізична культура)

Белявцев Михайло Романович

Керівник канд. пед. наук, доцентка  
Кольцова О.С.

Рецензент канд. наук з фіз. вих. та  
спорту,  
доцентка Харченко-Баранецька Л.Л.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. Підходи до формування особистості в процесі фізкультурної діяльності</b> .....	5
1.1. Аналіз проблеми розвитку особистості людини.....	5
1.2. Фізична культура як компонент гармонійного розвитку особистості.....	7
1.3. Олімпійська освіта як сучасний підхід до формування гармонійної особистості.....	10
<b>Висновки до розділу 1</b> .....	12
<b>РОЗДІЛ 2. Розвиток особистості засобами фізичної культури</b> .....	13
2.1. Олімпійська освіта у навчальних закладах.....	13
2.2. Вплив заходів олімпійської освіти на особистісні якості підлітків.....	16
<b>Висновки до розділу 2</b> .....	22
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	23
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	25
<b>ДОДАТКИ</b> .....	29
Додаток А.....	30
Додаток Б.....	32
Додаток В.....	37
Додаток Г.....	42
Додаток Д.....	49

## ВСТУП

**Актуальність.** Постійні зміни, що відбуваються в навколишньому світі висувають нові вимоги до підготовки професійних кадрів, сформованості особистості, тим самим обумовлюючи нову освітню траєкторію.

Розвиток гармонійної особистості засобами фізичної культури та спорту завжди був актуальною проблемою та реалізовувався в різних напрямках дослідження.

Розглядаючи історію фізичної культури, можна побачити, що гармонійна фізично досконала людина завжди була в центрі уваги, що потребувало єдності фізичного та духовного напрямків [1, 3, 16].

Дослідники та освітяни наголошують, що найбільш оптимальним періодом формування особистості є навчання в закладах освіти, в контексті якого реалізується багато напрямків, в тому числі й фізкультурний [8, 18].

Одним з найголовніших факторів розвитку молодого покоління є здоров'я, яке, нажаль, в останні роки має стійку тенденцію до погіршення. Саме тому, особливого значення набуває формування особистісних якостей школярів, що характеризує ступінь зрілості й тим самим відповідального ставлення до себе та здорового способу життя.

Означена потреба потребує активізації зусиль різноманітних установ щодо формування гармонійної особистості. На цьому робить акцент й в законах України „Про освіту”, „Про позашкільну освіту”, „Концепції виховання дітей та молоді в національній системі освіти”, „Концепції національно-патріотичного виховання молоді” та ін.

На сучасному етапі популярності набирає впровадження олімпійської ідеології в освітній процес закладів загальної середньої освіти. Це обумовлено тим, що ідеї олімпізму сприяють розвитку найважливіших моральних якостей особистості, формують їх ціннісні

орієнтації.

Проблемами виховання молодого покоління займалися Г. Пустовіт, О. Сухомлинська, Т. Сущенко та ін.; теоретичні й практичні аспекти олімпійської освіти досліджували М. Булатова, В. Єрмолова, Н. Москаленко, О. Вацеба, О. Томенко та ін.

У зв'язку з вище викладеним в теорії і практиці фізичної культури проблема гармонізації фізичного і особистісного розвитку школярів на тлі стійкого погіршення здоров'я є надзвичайно актуальною.

**Об'єкт дослідження** – освітній процес.

**Предмет дослідження** – олімпійська освіта як засіб виховання особистості.

**Мета** – розкрити значення олімпійської освіти як засобу виховання особистості.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати науково-методичну літературу з означеної проблеми.
2. Охарактеризувати складові олімпійської освіти як сучасного підходу до формування гармонійної особистості
3. Визначити вплив заходів олімпійської освіти на самооцінку школярів.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження; узагальнення теоретичних даних; педагогічне спостереження, тестування; методи математичної статистики.

**Теоретична та практична значущість роботи.** Матеріал роботи можна використовувати в освітньому процесі закладів освіти.

**Структура й обсяг роботи.** Кваліфікаційна робота викладена на 24 сторінках друкованого тексту. Робота складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

## РОЗДІЛ 1

### ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

#### 1.1. Аналіз проблеми розвитку особистості людини

Психологія особистості є дуже популярною темою в психології й інтерес науковців та дослідників до неї з кожним роком все більше зростає. Це призвело до того, що в наш час існує безліч різноманітних теорій особистості [2].

Психодинамічна теорія (авт. Зигмунд Фрейд) полягає в тому, що всі відносини людей знаходяться в стані постійного конфлікту, причиною яких є неусвідомлювані сексуальні та агресивні спонукання [13].

Ще одна теорія (авт. Ерік Еріксон) базується на тому, що розвиток людини як особистості відбувається протягом усього життя. Відповідно до цього, автор виокремлює 8 стадій психосоціального розвитку:

1. Дитинство: довіра — недовіра.
2. Раннє дитинство: автономія — сором і сумнів.
3. Вік гри: ініціативність — вина.
4. Шкільний вік: працьовитість — неповноцінність.
5. Юність: его-ідентичність — рольове змішання.
6. Рання зрілість: інтимність — ізоляція.
7. Середня зрілість: продуктивність — інертність.
8. Пізня зрілість: его-інтеграція — розпач [14, 19].

Автор ще одного підходу - Реймонд Кеттел, вважає, що сутність особистості складають особистісні риси, які обумовлюють поведінку людини в певній ситуації.

Дані особистісні риси є стійкими й передбачуваними психологічними характеристиками. На основі досліджень, Кетел розподілив особистісні риси на 16 факторів [2].

Дослідник цього ж напрямку - Г. Айзенк наголошував, що для характеристики поведінкових ознак людини необхідно лише 3 типи. В своєму дослідженні він також спирається на генетичні фактори.

Великий вклад в розвиток теорії особистості зробив А. Маслоу, який характеризував людину, як «бажаюча істоту». Якщо одна потреба зникає, одразу виникає інша і націлює зусилля людини на неї. Маслоу представив концепцію ієрархії потреб у мотивації людини (рис. 1.1.) [7].

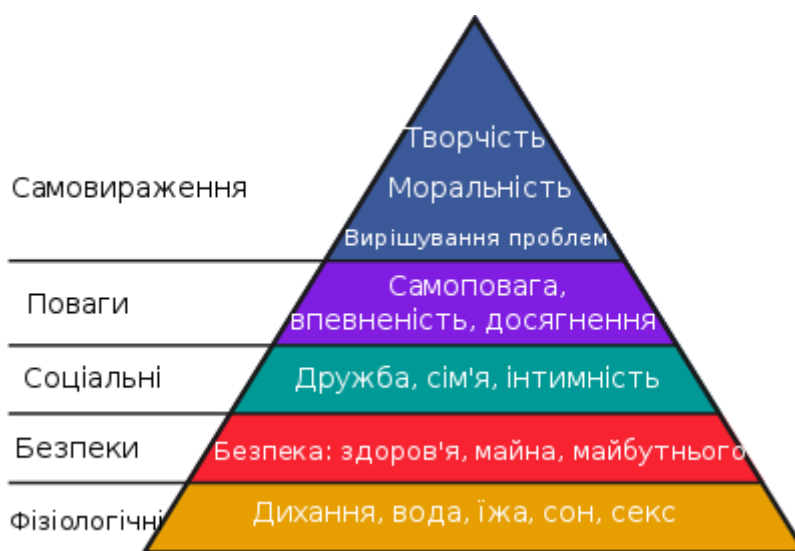


Рис.1.1. Піраміда потреб А. Маслоу

В основі піраміди лежать домінуючі потреби. Даний принцип лежить в основі мотивації людини. Чим більшого людина досягає, чим вище може піднятися, тим більшу індивідуальність вона продемонструє [2, 7].

Незважаючи на велику кількість підходів до теорії особистості, в сучасній психології виділяють декілька напрямків людинознавства: біогенетичне, соціогенетичне і персоногенетичне.

Біогенетичний напрям розглядає людину як індивіда, що володіє певними задатками та проходить різні стадії дозрівання [2].

Соціогенетичний напрям розглядає процеси соціалізації людини, формування ціннісних орієнтацій та ін. [14].

Персоногенетичний напрям розглядає проблеми активності, творчості, формування Я-концепції, розвитку здібностей, самореалізації та інше. Всі ці напрямки підпорядковані впливам середовища і спадковості [7].

Соціальне середовище відіграє дуже важливу роль в розвитку особистості. Воно є носієм норм, традицій, цінностей, вимог, правил та інше. Важливий вклад в розвиток особистості вносить спілкування та спільна діяльність [2].

Ознаки системи особистості: психічні властивості, саморегуляція, особистість формується в процесі виховання [9].

Діагностика і самодіагностика особистісних якостей, які характеризують людину, важливо здійснювати в період засвоєння соціальних норм, формування навичок здійснення соціальних і психологічних ролей.

В гармонійному розвитку дітей та підлітків велику роль відіграє оцінка батьків, педагогів, однолітків [2].

## **1.2. Фізична культура як компонент гармонійного розвитку особистості**

Фізична культура відіграє важливого значення в житті кожної людини та має великий потенціал в удосконалення фізичної підготовленості, підтримці здоров'я, розвитку особистісних якостей людини [9].

В закладах загальної середньої освіти фізична культура представлена як навчальна дисципліна та формою формування цілісного

розвитку особистості, чому сприяє гармонізація духовних і фізичних сил [10].

"Фізична культура особистості" - це певний рівень розвитку вмінь та навичок, фізичних якостей та особистісних можливостей людини.

Отже, фізична культура - це здійснення рухової діяльності на певному рівні знань, ціннісних орієнтацій, відчуттів та інше, що спрямована на досягнення певного рівня досконалості [15].

Види та форми фізичної культури надають багато перспектив для творчої діяльності, що забезпечує зв'язок фізичної культури з культурою суспільства [15].

Цінності притаманні фізичній культурі сприяють розумінню життєвих ситуацій, формує духовні критерії самооцінки. Все це сприяє формуванню активної особистості, яка вміє розпізнавати культурні цінності та потребує самовираження.

Дане прагнення проявляється в участі в організації різних об'єднань в області фізкультурної діяльності, активності, реалізації можливостей, вмінні дотримуватись здорового способу життя.

Особливо важливо формувати та забезпечувати у людини природну потребу в рухах. Цьому сприяє самовиховання та самовдосконалення [18].

Самореалізація в різних сферах фізичної культури та спорту, творчій підхід, самовиховання та саморозвиток в руховій діяльності є одним з засобів культурного розвитку особистості.

Як вже зазначалось соціальна активність особистості, особливо у фізкультурній діяльності, впливає на формування стійкого інтересу людини та її ціннісні орієнтації.

Врахування в освітньому процесі ціннісних орієнтації особистості дозволить з ефективністю застосовувати засоби та методи фізкультурної активності, аналізувати результати діяльності та слідкувати за ними у динаміці [8].



Відповідно до мети та мотивів людини, виділяють наступні потреби фізкультурної діяльності:

1. Спортивного спрямування - єдність спортивних цілей і мотивів.
2. В рекреаційній діяльності - активний відпочинок із застосуванням рухової діяльності, спрямованих на зміцнення здоров'я, фізичний розвиток.
3. В реабілітаційній спрямованості - відновлення фізичних, психічних, інтелектуальних здібностей завдяки використанням лікувальних фізичних вправ.
4. В освітній спрямованості – творче та свідоме відношення до поставлених задач [4, 8].

Основні мотиви у фізкультурній діяльності:

- задоволення від самого процесу (емоційність, різноманітність, спілкування та ін.);
- отримання результатів (формування знань, вмінь та навичок та ін.);
- нові перспективи (досконалість, майстерність, виховання характеру та ін.) [8, 12].

Основні групи цілей:

- оздоровчі, функціональні, морфологічні (гармонійний розвиток, покращення здоров'я, підвищення працездатності та ін.);
- комунікативно-виховні (спілкування, емоційна самоорганізація та ін.);
- нормативні (виконання програмних вимог та ін.);
- організаторсько-педагогічні (оволодіння навичками фізкультурної роботи, популяризація активного відпочинку та здорового способу життя) [14, 16].

Однак зазначимо, що межі цих груп умовні.

Стимулами у фізкультурній діяльності є:

- привабливість - суспільна мета співпадає з інтересами особистості;

- задоволеність - відповідність діяльності потребам в заняттях фізичною культурою;

- обов'язковість - регулярні заняття фізичними вправами [12, 15].

Фізична культура в різних аспектах визначає особливості поведінки людини в різноманітних сферах її життя [10].

Зазначимо, що суттєве значення у формуванні особистості є валеологічні цінності фізичної культури. Загалом, всі компоненти фізичної культури здійснюють значний вплив на формування цінностей та створюють власні культурні цінності.

Цінності фізичної культури особистості характеризуються знаннями, руховими вміннями та навичками, здатністю до здійснення здорового способу життя та інше [18].

Таким чином, фізична культура має значний ціннісний потенціал та можливість для виховання особистості, формування культури й розвитку соціально-значимих особистісних якостей.

### **1.3. Олімпійська освіта як сучасний підхід до формування гармонійної особистості**

"Олімпійська освіта – багаторівневий спеціально організований педагогічний процес формування гармонійної особистості через набуття знань, умінь і навичок, розвиток здібностей, інтересів, потреб та цінних орієнтацій, що базуються на гуманістичних ідеалах і цінностях олімпізму і є складовою частиною загальної освіти" (Єрмолова В.М.) [12].

З кінця ХХ століття олімпійська освіта набуває все більшої популярності та починає займати важливе місце в системі освіти. Це обумовлено пильною увагою суспільства до гуманістичного виховання

молодого покоління, де сформована особистість дитини є однією з найважливіших цінностей життя [13].

Дана увага заснована на тому, що олімпізм, за своєю суттю, має на меті залучення людини до загальнолюдських ідеалів, гуманістичних та моральних цінностей [6].

П'єр де Кубертен, який був засновником олімпійського руху, наголошував на важливості розвитку духовних, фізичних та інтелектуальних здатностей людини. Саме цей принцип покладений в одне із завдань Олімпіади [17].

Діяльність, що покладена в основу олімпійської освіти, різноманітна за формами та змістом й саме тому здійснює значний різнобічний вплив на розвиток особистості, сприяє вихованню патріота, працездатної, здорової, толерантної людини, яка дотримується правил чесної гри.

Філософія олімпізму спрямована на здатність зробити правильний вибір для удосконалення особистості [12]. Саме тому ідеали олімпізму були покладені в основу сучасної системи олімпійської освіти.

Існує міжнародна система олімпійської освіти, яка реалізується за допомогою діяльності Олімпійського комітету, Олімпійської академії, Олімпійського музею в Лозанні та Центрів олімпійських досліджень [4, 12].

Основним завданням олімпійської освіти в процесі її реалізації є формування і розвиток олімпійської культури особистості.

Дане завдання досягається за рахунок: формування знань у галузі олімпізму; залучення до активних занять фізичною культурою та спортом; виховання в дусі олімпізму й принципів Фейр Плей [5].

На сучасному етапі розвиток олімпійської освіти відбувається в двох площинах - спеціально-освітній та загальноосвітній.

Спеціально-освітній напрямок передбачається підготовку спеціалістів сфери фізичної культури та спорту [6].

Загальноосвітній напрямок спрямований на поширення знань про олімпійський спорт, цінності й ідеали. (видання книжок, зошитів й навчальних посібників: «Олімпійський путівник», «Стародавні ігри», «Разом з Фізкультуркіним» ін.).

Також велику роль в популяризації олімпійських ідеалів та цінностей займає проведення різноманітних заходів: «Олімпійський урок», «Олімпійське лелеченя», «Олімпійський день бігу», «Do like olimpians» та ін. [4, 12, 20].

Участь в таких формах олімпійської освіти спонукають дітей до творчої активності, сприяє дотриманню принципів та ідеалів, що сприяє духовної досконалості [12].

### **Висновки до розділу 1.**

Відповідно до мети та мотивів людини, виділяють наступні потреби фізкультурної діяльності: спортивного спрямування, в рекреаційній діяльності, в реабілітаційній спрямованості, в освітній спрямованості.

Основні мотиви у фізкультурній діяльності: задоволення від самого процесу; отримання результатів; нові перспективи.

Стимулами у фізкультурній діяльності є: привабливість, задоволеність, обов'язковість.

Олімпійська освіта має значний потенціал щодо впливу на розвиток гармонійної особистості. Основним завданням олімпійської освіти в процесі її реалізації є формування і розвиток олімпійської культури особистості. Дане завдання досягається за рахунок: формування знань у галузі олімпізму; залучення до активних занять фізичною культурою та спортом; виховання в дусі олімпізму й принципів Фейр Плей.

## РОЗДІЛ 2

### РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

#### 2.1. Олімпійська освіта у навчальних закладах

Сучасні умови розвитку держави обумовлюють необхідність пошуку новітніх підходів та технологій спрямованих на розвиток духовних якостей як домінуючих [11, 12].

Складові олімпійської освіти забезпечують особистісно-орієнтоване виховання в різних формах фізкультурно-оздоровчої діяльності, сприяють формуванню вміння постановки цілей та визначення шляхів їх досягнення.

Одним з головних завдань є виховання моральності школярів. Для цього необхідно створити певні умови, де поряд із фізичним розвитком набуває значення самостійність учня, його здатність до прийняття рішень, максимальна реалізація можливостей. Дані умови сприяють формуванню потреби щодо моральної поведінки без зовнішнього примусу.

Значення олімпійських цінностей та ідеалів в розвитку особистісних якостей людини спостерігається протягом всієї історії існування. Це підтверджує її значущість та актуальність в умовах сьогодення в контексті виховного та освітнього значення, формування у молодого покоління особистісних якостей побудованих на принципах олімпізму [18].

Олімпійська освіта сприяє формуванню:

- теоретичних знань;
- мотивації (ціннісних орієнтацій, інтересів, потреб та інше);
- вмінь та навичок.

Основними завданнями реалізації складових олімпійської освіти у закладах загальної середньої освіти є:

1. Формування світогляду та морально-вольових якостей школярів (моральність, патріотизм, цінність здорового способу життя);
2. Розвиток активної життєвої позиції на базі ідеалів олімпізму;
3. Розвиток інтересу та мотивації до ведення здорового способу життя, особистісного розвитку;
4. Формування знань з історії олімпізму як культурної спадщини людства, про олімпійський рух, що сприяє розвитку патріотизму;
5. Створення педагогічних умов для розвитку здібностей учнів [1].

В контексті впровадження олімпійської освіти в освітній процес, інтеграції її складових відбувається за допомогою трьох основних методів:

1. Вивченні теоретичних відомостей з історії Олімпійських ігор, розвитку сучасного олімпійського руху, про олімпійські принципи та ідеали, Олімпійську хартію та інше.
2. Використанні різних науково-методичних джерел та результатів мистецької діяльності (рисунок, спів, музика, вірші та інше); пошукова діяльність (створення кабінетів олімпійської освіти);
3. Організація різних видів рухової діяльності (змагання, заняття фізичною культурою та іншими видами рухової активності) [17].

Основний зміст теоретичної підготовки складає:

- історія давньогрецьких та сучасних Олімпійських ігор;
- відомості про олімпійський рух;
- відомості про спорт;
- підходи до спортивної підготовки;
- цінності та ідеали олімпізму;
- характеристики соціально-культурного та гуманістичного потенціалу спорту;
- роль фізичної культури та спорту у формуванні здорового способу життя;
- основні ідеї та цінності у міжособистісних стосунках [11].

Фахівці зазначають, що у практику роботи закладів загальної середньої освіти складові олімпійської освіти необхідно впроваджувати як в урочні, так і в позаурочні форми [20]. Приклади рекомендованих тем з олімпійської освіти для школярів різних класів наведені в таблиці 2.1.

*Таблиця 2.1.*

**Приклади тем з олімпійської освіти для школярів**

<b>Клас</b>	<b>Тема</b>
5	Передумови виникнення фізичних вправ. Здоровий спосіб життя
6	Фізичне виховання у Стародавній Греції. Значення фізичної культури і спорту для підтримання розумової працездатності. Естетичне виховання у процесі фізичного виховання
7	Олімпійські ігри Стародавньої Греції. Основи здорового способу життя
8	Відродження Олімпійських ігор сучасності. Оздоровчі системи та їх роль у зміцненні здоров'я. Згубний вплив шкідливих звичок
9	Гуманістичні ідеали олімпізму. Оздоровчі системи як засіб задоволення особистісних інтересів та мотивацій
10	Досягнення українських спортсменів на міжнародній арені. Фактори, що визначають ефективність змагальної діяльності
11	Організація і проведення активного відпочинку засобами фізичної культури. Українські спортсмени в олімпійському русі. Олімпійський спорт на сучасному етапі

В сучасних закладах загальної середньої освіти популярності набирають інтегровані (бінарні) уроки. наприклад:

- історія та образотворче мистецтво;
- історія та іноземна мова;
- математика та історія та інші [11].

Особливістю олімпійської освіти є те, що набуті знання на урочних формах учні мають втілити у практичну діяльність. Серед найпопулярніших позаурочних форм з олімпійської освіти можна виокремити олімпійські уроки, олімпійські тижні, організація роботи в осередках олімпійської освіти [7, 19].

## 2.2. Вплив заходів олімпійської освіти на особистісні якості підлітків

Для перевірки впливу олімпійської освіти на формування особистісних якостей школярів, нами була проаналізована робота закладів загальної середньої освіти, які їх використовують в своїй роботі та не використовують.

Закладом загальної олімпійської освіти, в якому працює осередок за даним напрямком стала Чорнобаївський НВК. Учні, що навчаються в даному закладі склали експериментальну групу. Контрольну групу склали учні ЗЗСО №32 м. Херсона. Всі опитування з урахуванням вимог карантинних обмежень проводились дистанційно за допомогою Google форм. Дослідження проводилось з вересня по грудень 2020 року. В вересні 2020 р. проводилось вихідне тестування, підсумкове тестування проводилось у грудні 2020 р. У період січень-березень відбувалось опрацювання отриманих результатів, оформлення кваліфікаційної роботи згідно встановлених вимог.

Серед основних складових, що використовуються в роботі Чорнобаївського НВК, виокремлено наступні: олімпійський тиждень з використанням інтегрованих (бінарних) уроків, олімпійські уроки, змагання, підготовка та участь в заході «Олімпійське лелеченя» та «Do like olympian», зустріч з видатними спортсменами, робота з олімпійською літературою, конкурси та вікторини.

Як було зазначено протягом олімпійського тижня (вересень 2020 р.) за традицією проводили інтегровані уроки за наступними напрямами:

### 1. Українська література:

- читання "Оди спорту" (авт. П'єр де Кубертен);
- вивчення міфів та легенд Стародавньої Греції;
- створення Книги спортивної слави;



- проведення екскурсій за олімпійською тематикою в кабінеті олімпійської освіти;

- додатково проводиться конкурс есе з тематики олімпійських ігор;

## 2. *Історія та географія:*

- позначка на карті міст, де проходили Олімпійські ігри;
- вивчення історії країн, де проходили Олімпійські ігри;
- вивчення традицій олімпійського руху України;
- розробка маршруту смолоскипової естафети та інше.

## 3. *Іноземна мова:*

- вивчення спортивних термінів іншомовного походження;
- читання текстів з олімпійської тематики іншою мовою;
- підготовка текстів з олімпійської тематики іноземною мовою.

## 4. *Образотворче мистецтво та трудове навчання:*

- конкурс малюнків до олімпійського тижня;
- ескізи атрибутики (медалі, емблеми);
- розробка талісманів.

## 5. *Музика та співи:*

- знайомство з олімпійським гімном та спортивними піснями;

## 6. *Біологія, хімія, фізика:*

- вивчення складових здорового способу життя та формування рекомендацій;

- визначення впливу екології на стан здоров'я;

7. *При роботі з активом школи протягом року додатково проводяться:*

- робота фізкультурного комітету школи;
- проведення олімпійських вікторин;
- підготовка спортивної бази;
- формування команд з різних видів спорту;
- реалізація принципу "чесна гра".

Додатково протягом року проводились олімпійські уроки з запрошеними гостями. У вересні 2020 р. гостем заходу був призер олімпійських ігор з веслування Кірсанов В.Ф.

Також проводяться олімпійські уроки без участі гостей. Приклад сценарію наведено в додатку. На даних уроках використовується методичний матеріал та ігрова чи творча складова, яка дозволяє підвищити емоційність заходу.

Дослідження впливу заходів з олімпійської освіти на особистісні якості школярів 6 класів ЗЗСО №32 (56 учнів) та Чорнобаївської НВК (54 учнів) ми проводили за допомогою тестування за методикою С. Будасі, яка дозволяє визначити рівень самооцінки школярів.

На початку нашого дослідження з метою визначення вихідного рівня самооцінки школярів нами було проведено 1 тестування, результати якого наведені в таблиці 2.2.

*Таблиця 2.2*

**Результати дослідження рівня самооцінки учнів 6 класів  
ЗЗСО №32 (n=56)**

Рівні	I тест		II тест		Зміни, %
	Кіл-ть учнів	%	Кіл-ть учнів	%	
Низький	6	10,7	5	8,9	-1,8
Нижче середнього	7	12,5	5	8,9	-3,9
Середній	16	28,6	18	32,1	3,5
Вище середнього	14	25,0	16	28,6	3,6
Високий	6	10,7	8	14,3	3,6
Неадекватно високий	7	12,5	4	7,2	-5,3

Аналіз отриманих результатів свідчить про те, що протягом періоду дослідження в рівні самооцінки учнів ЗЗСО №32 відбулись певні зрушення:

- за показником низького рівня: на початку дослідження він був наявний у 6 учнів, наприкінці – у 5; у відсотковому показнику це становить 10,7% та 8,9% відповідно, що відповідає зменшенню на 1,8%;

- за показником нижче середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 7 учнів, наприкінці – у 5; у відсотковому показнику це становить 12,5% та 8,9% відповідно, що відповідає зменшенню на 3,9%;

- за показником середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 16 учнів, наприкінці – у 18; у відсотковому показнику це становить 28,6% та 32,1% відповідно, що відповідає збільшенню на 3,5%;

- за показником вище середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 14 учнів, наприкінці – у 16; у відсотковому показнику це становить 25,0% та 28,6% відповідно, що відповідає зменшенню на 3,6%;

- за показником високого рівня: на початку дослідження він був наявний у 6 учнів, наприкінці – у 8; у відсотковому показнику це становить 10,7% та 14,3% відповідно, що відповідає збільшенню на 3,6%;

- за показником неадекватно високого рівня: на початку дослідження він був наявний у 7 учнів, наприкінці – у 4; у відсотковому показнику це становить 12,5% та 7,2% відповідно, що відповідає зменшенню на 5,3%.

З метою перевірки впливу олімпійської освіти на рівень самооцінки школярів нами було проведено дослідження в Чорнобаївському НВК, який є одним з осередків олімпійської освіти.

Під час проведення дослідження ми припускали, що організований виховний простір на засадах олімпійської освіти сприяє збільшенню

значення особистісних цінностей, таких як самооцінка, впевненість у собі, сміливість, чесність, визнання, відповідальність, самоконтроль та інше.

Аналіз отриманих результатів експериментальної групи представлено в таблиці 2.3.

*Таблиця 2.3.*

**Результати дослідження рівня самооцінки учнів 6 класів  
Чорнобаївського НВК (n=54)**

Рівні	I тест		II тест		Приріст, %
	Кіл-ть учнів	%	Кіл-ть учнів	%	
Низький	5	9,2	2	3,7	-5,5
Нижче середнього	7	12,9	3	5,6	-7,3
Середній	17	31,6	13	24,1	-7,5
Вище середнього	12	22,2	18	33,3	11,1
Високий	8	14,9	15	27,7	12,8
Неадекватно високий	5	9,2	3	5,6	-3,6

Аналіз отриманих результатів свідчить про те, що в рівні самооцінки учнів 6 класів Чорнобаївського НВК відбулись значні зміни:

- за показником низького рівня: на початку дослідження він був наявний у 5 учнів, наприкінці – у 2; у відсотковому показнику це становить 9,2% та 3,7% відповідно, що відповідає зменшенню на 5,5%;

- за показником нижче середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 7 учнів, наприкінці – у 3; у відсотковому показнику це становить 12,9% та 5,6% відповідно, що відповідає зменшенню на 7,3%;

- за показником середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 17 учнів, наприкінці – у 13; у відсотковому показнику це

становить 28,6% та 32,1% відповідно, що відповідає зменшенню на 7,5%;

- за показником вище середнього рівня: на початку дослідження він був наявний у 12 учнів, наприкінці – у 18; у відсотковому показнику це становить 22,2% та 33,3% відповідно, що відповідає збільшенню на 11,1%;

- за показником високого рівня: на початку дослідження він був наявний у 8 учнів, наприкінці – у 15; у відсотковому показнику це становить 14,9% та 27,7% відповідно, що відповідає збільшенню на 12,8%;

- за показником неадекватно високого рівня: на початку дослідження він був наявний у 5 учнів, наприкінці – у 3; у відсотковому показнику це становить 9,2% та 5,6% відповідно, що відповідає зменшенню на 3,6%.

Порівняння показників експериментальної та контрольної груп представлено в таблиці 2.4.

*Таблиця 2.4.*

**Розподіл учнів експериментальних груп за рівнями сформованості самооцінки**

Рівні	Контрольна група				Експериментальна група			
	I тест		II тест		I тест		II тест	
	Кіл-ть учнів	%	Кіл-ть учнів	%	Кіл-ть учнів	%	Кіл-ть учнів	%
Низький	6	10,7	5	8,9	5	9,2	2	3,7
Нижче середнього	7	12,5	5	8,9	7	12,9	3	5,6
Середній	16	28,6	18	32,1	17	31,6	13	24,1
Вище середнього	14	25,0	16	28,6	12	22,2	18	33,3
Високий	6	10,7	8	14,3	8	14,9	15	27,7
Неадекватно високий	25	15,82	19	12,03	5	9,2	3	5,6

Таким чином, аналіз результатів дослідження підтверджує ефективність олімпійської освіти щодо її впливу на рівень розвитку самооцінки дітей.

### **Висновки до розділу 2.**

Результати проведеної роботи дозволяють зробити наступні висновки. Олімпійська освіта, завдяки різноманітним складовим (спортивній, соціальній та культурній), сприяє формуванню гармонійної особистості з активною життєвою позицією, вихованої на ідеалах та цінностях олімпізму.

Доведено, що розвиток самооцінки школярів відбувається більш ефективно за умов використання складових олімпійської освіти в освітньому процесі.

## ВИСНОВКИ

1. Фізична культура відіграє важливого значення в житті кожної людини та має великий потенціал в удосконалення фізичної підготовленості, підтримці здоров'я, розвитку особистісних якостей людини.

Фізична культура особистості - це певний рівень розвитку вмінь та навичок, фізичних якостей та особистісних можливостей людини.

Цінності притаманні фізичній культурі сприяють розумінню життєвих ситуацій, формує духовні критерії самооцінки. Все це сприяє формуванню активної особистості, яка вміє розпізнавати культурні цінності та потребує самовираження.

Стимулами у фізкультурній діяльності є: привабливість; задоволеність; обов'язковість.

2. Основним завданням олімпійської освіти в процесі її реалізації є формування і розвиток олімпійської культури особистості. Дане завдання досягається за рахунок формування знань у галузі олімпізму; залучення до активних занять фізичною культурою та спортом; виховання в дусі олімпізму й принципів Фейр Плей.

Складові олімпійської освіти забезпечують особистісно-орієнтоване виховання в різних формах фізкультурно-оздоровчої діяльності, сприяють формуванню вміння постановки цілей та визначення шляхів їх досягнення, спонукає дітей до творчої активності, сприяє дотриманню принципів та ідеалів, що сприяє духовної досконалості.

Основними завданнями реалізації складових олімпійської освіти у закладах загальної середньої освіти є: формування світогляду та морально-вольових якостей школярів; розвиток активної життєвої позиції на базі ідеалів олімпізму; розвиток інтересу та мотивації до ведення здорового способу життя, особистісного розвитку та інше.

3. З метою перевірки впливу олімпійської освіти на рівень самооцінки школярів нами було проведено дослідження. Згідно отриманих результатів в закладі загальної середньої освіти, де не використовуються складові олімпійської освіти протягом дослідження відбулись наступні зміни: за показником низького рівня - зменшення на 1,8%; за показником нижче середнього рівня - зменшенню на 3,9%; за показником високого рівня - збільшення на 3,6%.

В навчально-виховному комплексі, який є осередком олімпійської освіти протягом дослідження відбулись наступні зміни: за показником низького рівня - зменшення на 5,5%; за показником нижче середнього рівня - зменшенню на 7,3%; за показником високого рівня - збільшення на 12,8%.

Отримані результати свідчать ефективність використання складових олімпійської освіти в освітньому процесі з метою розвитку особистісних якостей школярів.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдулкаримов А. Спорт и культурная идентичность в обществе: история и современность. *Этнографическое обозрение*, 2004. № 5. С. 47-52.
2. Асмолов А. Г. Психология личности. М. : Изд-во МГУ, 2000. 367 с.
3. Булатова М. М. Олимпийская академия Украины : приоритетные направления деятельности. *Наука в олимпийском спорте*, 2007. № 2. С. 5–12.
4. Булатова М. М., Єрмолова В. М. Олімпійська освіта у системі навчально-виховної роботи в загальноосвітніх навчальних закладах України. К. : Олімпійська література, 2007. 44 с.
5. Вацеба О., Юхымул В. Актуальные вопросы олимпийского образования в учебно-воспитательном процессе учеников общеобразовательных школ (на примере г. Львов). *Наука в олимпийском спорте*, 2007. № 2. С. 87–92.
6. Выдрин В. М., Николаев Ю. М. О ценностном аспекте физической культуры. *Теория и практика физической культуры*, 1999. № 7. С. 13-15.
7. Гуменюк Н. П., Клименко В. В. Психология физического воспитания и спорта. К. : Вища школа, 1995. 210 с.
8. Єрмолова В. М. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. К.: НОК, 2011. 335 с.
9. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1993. 270 с.
10. Кольцова О. С. Умови інтеграції олімпійської освіти в систему позашкільних закладів. *Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: збірник наукових праць*: додаток

до Гуманітарного вісника ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький: ФОП Лукашевич О.М., 2015. С. 518-523.

11. Кольцова О.С. Популяризація здорового способу життя та занять спортом засобами олімпійської освіти. *Наука і освіта: науково-практичний журнал*. Одеса: Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, 2015. Вип. 4 (СХХХІІІ). С. 96-100.

12. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания: учебное пособие. К.: Олимпийская література, 2003. Т. 1. 423 с.

13. Лубышева Л. И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью. *Теория и практика физической культуры*, 2007. №6. С. 10-13.

14. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие. М. : Издательский центр «Академия», 2011. 240 с.

15. Напрями розвитку олімпійської освіти в Україні. URL: <https://ru.scribd.com/doc>.

16. Олімпійська освіта у школі URL: <http://noc-ukr.org/about/olympic-library/olympic-education>.

17. Олімпійська освіта у школі URL: <http://www.sportgart.com.ua/dokument/147-olimp.html>.

18. Роль олімпійської освіти у вихованні молоді URL: <http://referat-ok.com.ua/pedagogika/rol-olimpiiskoji-osviti-u-vihovanni-molodi>.

19. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002. 712 с.

20. Станин М. И. Психолого-педагогические основы физического воспитания. М. : Просвещение, 2007. 224 с.

21. Усаков В. И. Формирование олимпийского мировоззрения у современной молодежи. *VII Междунар. науч. конгр. «Современный олимпийский спорт и спорт для всех»*. М., 2003. Т. 1. С. 101–102.

22. Школа Олімпійської освіти URL:  
<http://school142.dnepredu.com/uk/site/olimpiiska-osvita-v-shkoli-1.html>.

23. Энциклопедия олимпийского спорта / за ред. В. Н. Платонова. К. : Олимп. лит., 2002. Т. 1. 495 с.

# ДОДАТКИ

**Додаток А**  
**Тест "Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки"**  
**за С.А. Будассі.**

Досліджуваним роздають картки з таблицею і проводять інструктаж: Спочатку оберіть із перерахованих 20 слів найбільш неприємне для Вас. Поставте напроти цього слова (у колонку «ідеал») цифру 1. Далі із тих слів, що залишилися, так само виберіть найбільш неприємну якість і поставте напроти цього слова цифру 2 тощо. Потім із цих же слів виберіть якість, найменш характерну для Вас. І поставте напроти цієї якості в колонку «Реальне Я» цифру 1. Далі із тих що залишилися (19 слів) так само виберіть найменш характерну для Вас якість і поставте напроти цього слова цифру 2 тощо.

**Таблиця для проведення тестування за методом С.А. Будассі**

Якості особистості	Ідеал	Реальне "Я"	d	d <sup>2</sup>
Безтурботність				
Запальність				
Сором'язливість				
Життєрадісність				
Примхливість				
Повільність				
Поміркованість				
Наполегливість				
Нервозність				
Нерішучість				
Обережність				
Пасивність				
Сміливість				
Терплячість				
Захопленість				
Впертість				
Поступливість				
Холодність				
Енергійність				
Ентузіазм				

**Обробка результатів:**

У колонку  $d$  записується різницю між даними стовпчиків 1 і 2 (з більшого числа відніміть менше). У колонці  $d^2$  ця різниця зводиться у квадрат. Після цього числа зі стовпчика  $d^2$  підсумуються. Самооцінка визначається по формулі Роджерса (за коефіцієнтом кореляції рангів):

$$r = 1 - (6 \sum d^2 / (n^3 - n))$$

де  $d$  – різниця номерів рангів,

$n$  – число розглянутих властивостей.

**Інтерпретація даних:**

Низький рівень самооцінки – 0-0,2

Нижче середнього рівень самооцінки – 0,21-0,3

Середній рівень самооцінки – 0,31-0,5

Вище середнього рівень самооцінки – 0,51-0,65

Високий рівень самооцінки – 0,66-0,8

Неадекватно високий рівень самооцінки –  $> 0,8$

## Додаток Б

### Сценарій проведення Олімпійського уроку.

Мета: виховувати в учнів повагу до етичних цінностей спорту та здорового способу життя.

На етапі підготовки до участі в заході командам-учасницям пропонується підготуватися для обговорення питань:

Як ви ставитесь до вживання спортсменами стимулюючих препаратів?

Чи вживання допінгових препаратів є порушенням етичних принципів у спорті та олімпійських цінностей?

Хто, на ваш погляд, впливає на формування моральних якостей спортсмена? (родина, друзі, тренер, школа, соціум)

Яка організація була створена для цього і що входить до її компетенції? Як здійснюється допінг-контроль учасників змагань?

Загальне завдання: Виготовити антирекламний плакат та захистити його.

Ведучий: Останнім часом тема вживання допінгових препаратів викликає занепокоєння не тільки медиків, а й усього світового суспільства. Особливо ця проблема є актуальною у спорті. Адже для спорту та олімпійського руху найважливішим є прославлення єдності тіла, духу і розуму, що характеризуються такими цінностями як: (на екрані – цінності олімпізму):

- етика, справедливість і чесність;
- здоров'я;
- неперевершена майстерність;
- репутація;
- культура;
- радість і задоволення;

- колективізм;
- відданість;
- повага до правил і законів;
- повага до себе і суперників;
- мужність;
- спільність і солідарність.

Давайте уважно подивимося на екран і спробуємо розібратися:

«Чи сумісне вживання допінгу з цими цінностями?»

Допінг походить від англійського *dope* – давати наркотики.

Цей термін у спорті вживається не тільки до наркотичних речовин, а й до будь-яких речовин природного або синтетичного походження, що дозволяють після їх вживання досягати кращих спортивних результатів. Так, наприклад, їх вживання може різко, на короткий час, підвищувати активність нервової та ендокринної систем, збільшують м'язову силу.

Сьогодні прийнято вважати, що вживання допінгу – це усвідомлений прийом речовин, зайвих для нормального функціонування організму спортсмена, або занадто великої дози ліків, з єдиною метою – штучно посилити фізичну активність і витривалість на час змагань.

У середині ХХ ст. Міжнародний олімпійський комітет об'явив допінгу війну внаслідок випадків смерті спортсменів безпосередньо на змаганнях.

Перший випадок було зафіксовано у 1960 р., коли внаслідок застосування допінгових препаратів – амфетамінів – померли велосипедисти Кнут Іенсен та Дик Ховард. Останньою краплею стала смерть англійського велосипедиста Томмі Симпсона під час гонки «Тур де Франс» 1967 р.

З важливою ініціативою – створити незалежне від МОК Всесвітнє антидопінгове агентство (WADA) виступила Медична комісія МОК. Вона була підтримана тодішнім президентом МОК Хуаном Антоніо



Самаранчем, і таке агентство було засноване 10 листопада 1999 р. як приватна незалежна організація на основі рівноправного представництва олімпійського руху і громадських організацій.

Сьогодні у світі акредитовано МОК і працює понад 30 антидопінгових лабораторій, які щорічно тестують близько 120 тис. спортсменів.

Щорічно WADA видає список заборонених для спортсменів препаратів і міжнародних стандартів для лабораторій, тестування і оформлення терапевтичних виключень.

Допінгові препарати поділяються на групи. Серед них:

- Стимулюючі препарати, що діють на центральну і периферичну нервову систему, вживання яких навіть в малих дозах при значних фізичних навантаженнях можуть викликати підвищення кров'яного тиску та прискорення серцевої діяльності, порушення терморегуляції і тепловий удар із наступним каллапсом і смертю, психічні розлади;

- Наркотичні знеболюючі препарати, що зменшують відчуття болю незалежно від її природи і причин. Їхнє застосування заборонено тільки під час змагань.

- Анаболічні стероїди з одного боку стимулюють нарощування м'язової маси, а з іншої – розвиток чоловічих статевих ознак, які можуть викликати психічні розлади, розвиток новоутворень у печінці та легенях, порушення функцій статевих органів.

Сечогінні препарати застосовують у тих видах спорту, де є вагові категорії для швидкого зменшення маси тіла; для покращання зовнішнього вигляду в гімнастиці, фігурному катанні або бодифітнесі; а також для виведення з організму інших допінгових препаратів.

Пептидні гормони, серед яких інсулін, гормон росту, що призводить у дітей до гігантизму, а у дорослих – до патологічного збільшення деяких частин тіла (стоп, кистей); еритропоетин, вживання якого призводить до підвищення в'язкості крові, що у свою чергу може

призвести до тромбозу судин та інфаркту зі смертельними наслідками.

Ведучий: А тепер хотілось би послухати вашу думку.

Як ви ставитесь до вживання спортсменами стимулюючих препаратів?

Команда \_\_\_\_\_ вам слово.

Слухаємо команду \_\_\_\_\_.

Будь-ласка, команда \_\_\_\_\_.

Ведучий: Ваше ставлення нам зрозуміле. Приємно чути, що ви стоїте на позиціях чистого спорту без стимулюючих препаратів. Зараз ви переглянете відеоролик. Хотілось би почути ваші роздуми з приводу побаченого.

(на екрані фрагмент ролика про зізнання Меріон Джонс )

Ведучий: Як на вашу думку, відбулося внутрішнє розкаяння Меріон Джонс, і чи вживання допінгових препаратів є порушенням етичних принципів у спорті та олімпійських цінностей?

Команда \_\_\_\_\_ вам слово.

Слухаємо команду \_\_\_\_\_.

Будь-ласка, команда \_\_\_\_\_.

Ведучий: Звичайно, допінг і чесний спорт не сумісні, не сумісний допінг і з духом та принципами олімпійського руху, олімпійськими ідеалами.

Хто, на вашу думку, впливає на формування моральних якостей спортсмена? (родина, друзі, тренер, школа, соціум).

Команда \_\_\_\_\_ вам слово.

Слухаємо команду \_\_\_\_\_.

Будь-ласка, команда \_\_\_\_\_.

Ведучий: Ініціатором боротьби з допінгом у спорті виступив Міжнародний олімпійський комітет.

Яка організація була створена для цього і що входить до її компетенції?

Команда \_\_\_\_\_ вам слово.

Слухаємо команду \_\_\_\_\_.

Будь-ласка, команда \_\_\_\_\_.

Ведучий: Сьогодні ми торкнулися лише частини питань, пов'язаних із вживанням допінгу та його негативними наслідками. Приємно було відчувати ваше небайдуже ставлення до цієї проблеми.

Ми знаємо, що кожна команда-учасник уроку підготувала анти-рекламний плакат, в якому висловлює своє ставлення до проблеми, що сьогодні була темою обговорення. Кожна команда має по три хвилини для представлення своєї роботи.

Команда \_\_\_\_\_ вам слово.

Слухаємо команду \_\_\_\_\_.

Будь-ласка, команда \_\_\_\_\_.

Ведучий: Дякуємо за участь в уроці. Щастя вам у навчанні та спорті.

## Додаток В ВІКТОРИНА

**1. В якій країні відбулися І Юнацьких Олімпійських ігор?**

- A. У Сінгапурі. В. В Японії.  
 Б. У Китаї. Г. У Корей.

**2. Коли відбулась церемонія відкриття І Юнацьких Олімпійських ігор?**

- A. 14 липня 2010 р. В. 14 серпня 2010 р.  
 Б. 14 травня 2010 р. Г. 14 червня 2010 р.

**3. Скільки видів спорту входило до програми І Юнацьких Олімпійських ігор?**

- A. 29 видів. В. 24 види.  
 Б. 26 видів. Г. 20 видів.

**4. Яка із зазначених країн не брала участь у боротьбі за право проведення І Юнацьких Олімпійських ігор?**

- A. Бангкок. В. Сінгапур.  
 Б. Москва. Г. Париж.

**5. Які міста виборювали право проведення І Юнацьких Олімпійських ігор на фінальному етапі?**

- A. Москва і Сінгапур. В. Афіни і Сінгапур.  
 Б. Бангкок і Сінгапур. Г. Турин і Сінгапур.

**6. Хто очолив Координаційну комісію МОК з питань підготовки до Юнацьких Олімпійських ігор-2010 ?**

- A. Олександр Попов. В. Олена Ісинбаєва  
 Б. Сергій Бубка. Г. Майкл-Фред Фелпс

**7. Скільки елементів включає емблема І Юнацьких Олімпійських ігор?**

- A. 4 елемента. В. 3 елемента.  
 Б. 5 елементів. Г. 6 елементів.

**8. Скільки кольорів присутні на емблемі I Юнацьких Олімпійських ігор?**

- А. 7 кольорів.
- В. 6 кольорів.
- Б. 5 кольорів.
- Г. 8 кольорів.

**9. Що символізують олімпійські кільця ?**

- А. Об'єднання в олімпійському русі п'яти континентів і зустріч атлетів усього світу на Олімпійських іграх.
- Б. Об'єднання країн-засновниць Олімпійських ігор.
- В. Об'єднання найсильніших країн світу.
- Г. Об'єднання Національних олімпійських комітетів країн – лідерів олімпійського руху.

**10. В якій послідовності розташовані кільця, що уособлюють олімпійський символ ?**

- А. Синє, чорне та червоне – у верхньому ряду, жовте та зелене – в нижньому.
- Б. Зелене, чорне та синє – у верхньому ряду, жовте та червоне – в нижньому.
- В. червоне, чорне та блакитне – у верхньому ряду, жовте та зелене – в нижньому.
- Г. Синє, чорне та червоне – у верхньому ряду, жовте та зелене – в нижньому.

**11. Які континенти символізують олімпійські кільця, відповідно до послідовності їх розташування ?**

- А. Європа, Африка, Америка, Азія, Австралія.
- Б. Австралія, Африка, Європа, Америка, Азія.
- В. Америка, Африка, Європа, Азія, Австралія.
- Г. Європа, Америка, Африка, Австралія, Азія.

**12. На яких Олімпійських іграх вперше з'явився олімпійський талісман ?**

- А. Москва (1980).
- В. Мюнхен (1972).

Б. Мехіко (1968). Г. Монреаль (1976).

**13. Скільки казкових персонажів стали талісманами I Юнацьких Олімпійських ігор?**

А. Три персонажі. В. Два персонажі.  
Б. Чотири персонажів. Г. Один персонаж.

**14. Які вікові обмеження існують для учасників I Юнацьких Олімпійських ігор?**

А. 14 – 18 років. В. 13 – 17 років.  
Б. 12 – 16 років. Г. 10 – 15 років.

**15. На скільки вікових категорій були поділені учасники I Юнацьких Олімпійських ігор?**

А. На дві. В. На чотири.  
Б. На три. Г. На п'ять.

**16. Що входить до програми I Юнацьких Олімпійських ігор?**

А. Спортивні змагання та навчальні заняття із загальноосвітніх предметів.

Б. Спортивні змагання та культурно-освітні програми.

В. Спортивні змагання і мистецькі програми.

Г. Спортивні змагання і відпочинок на морському узбережжі Сінгапура.

**17. Що є символом Сінгапура ?**

А. Німфеон. В. Філіппейон.  
Б. Ахіліум. Г. Мерліон.

**18. Скільки кольорів має прапор Сінгапуру?**

А. 2 кольори. В. 4 кольори.  
Б. 3 кольори. Г. 1 колір.

**19. Які кольори присутні на прапорі Сінгапура ?**

А. Білий і червоний. В. Червоний і жовтий.

Б. Білий, червоний і синій. Г. Червоний, білий і зелений.

**20. Які мови у Сінгапурі є офіційними?**

А. Англійська і малайська. В. Англійська та китайська (мандарин).

Б. Малайська і тамільська. Г. Англійська, китайська та французька.

**21. Хто представляє команду України на Юнацьких Олімпійських іграх?**

А. Верховна Рада України.

Б. Міністерство освіти і науки України.

В. Кабінет Міністрів України.

Г. Національний олімпійський комітет України.

**22. Хто з українських олімпійців, як молодий посол, представляв команду України на I Юнацьких Олімпійських іграх?**

А. Яна Клочкова.

В. Ірині Мерлені.

Б. Василь Ломаченко.

Г. Наталія Добринська.

**23. Хто відповідає за розвиток олімпійського руху в Україні?**

А. Верховна Рада України.

Б. Національний олімпійський комітет України.

В. Рада національної безпеки та оборони.

Г. Кабінет Міністрів України.

**24. Якого року створено Національний олімпійський комітет України?**

А. 1991 р.

В. 1990 р.

Б. 1992 р.

Г. 1994 р.

**25. Коли відзначають офіційний день народження Національного олімпійського комітету України?**

А. 9 березня.

В. 9 травня.

Б. 22 грудня.

Г. 6 липня.

**26. Кого було обрано першим президентом Національного олімпійського комітету України?**

- А. Валерія Борзова. В. Івана Федоренка.  
Б. Леоніда Кравчука. Г. Михайла Бака.

**27. Скільки президентів очолювали НОК України з 1991 р. по 2010 р.?**

- А. 4. В. 2.  
Б. 6. Г. 5.

**28. Хто очолює Національний олімпійський комітет України з 2005 р.?**

- А. Віталій Кличко. В. Сергій Бубка.  
Б. Валерій Борзов. Г. Равіль Сафіуллін.

**29. Відомо, що до програми Олімпійських ігор Стародавньої Греції з 632 р. до н.е. входили змагання хлопчиків. З якого віку хлопчикам дозволялось брати участь в олімпійських змаганнях?**

- А. Вік не обмежували. В. З 12 років.  
Б. З 10 років. Г. З 14 років.

**30. Який вид спорту ніколи не входив до програми змагань хлопчиків на Олімпійських іграх Стародавньої Греції?**

- А. Біг. В. Кулачний бій.  
Б. Боротьба. Г. Плавання.

**31. Як звучить олімпійське гасло?**

- А. «Швидше, вище, сильніше». В. Вище, сильніше, швидше».  
Б. «Уздоровому тілі – здоровий дух». Г. «Головне не перемога, а участь».

**32. Яку річницю з дня заснування відмічає у цьому році Національний олімпійський комітет України?**

- А. 20-ту річницю. В. 15-ту річницю.  
Б. 10-у річницю. Г. 25-ту річницю.



## Додаток Г

### Сценарій свята «Малі олімпійські ігри»

**Мета.** Створити атмосферу свята, ознайомити дітей з історією Олімпійських ігор; з культурою і традиціями Стародавньої Греції, символікою Олімпійських ігор (прапор, факел);

Поглибити знання дітей про видатних спортсменів України;

Розвивати інтерес до пізнання історії спорту нашої країни;

Розвивати естетичні погляди, почуття смаку;

Розширити знання дітей про такі поняття, як спортивні знаряддя;

Виховувати любов до фізкультури та спорту, розвивати фізичні уміння;

Виховувати спритність, витриманість, сміливість, почуття колективізму, дружби, взаємовиручки, прививати прагнення до занять фізкультурою;

Виховувати відчуття патріотизму, любов до Батьківщини.

**Оформлення залу.** Декорація: “мармуровий храм з міста Олімпіади”, на центральній площі – 5 олімпійських кілець, факел, олімпійський вогонь, олімпійський та державний прапори, вздовж бічних стін низки кольорових плакатів.

**Хід свята.**

**Ведуча.** Добрий день, шановні гості! Раді вітати вас на нашому святі! Сьогодні ви станете свідками народження майбутніх спортсменів. Зустрічайте – майбутнє України!

Вітаю вас, дорогі діти і шановні гості! Ви мене впізнали? Я богиня Феміда – богиня правосуддя. А прийшла я до вас із самої Греції. В Греції мене всі знають і поважають, бо я завжди допомагаю людям усувати чвари, суперечки, судити змагання. А роблю я це завжди мудро і об'єктивно. Ніхто не залишається ображеним. Ось і сьогодні, дізнавшись, що у вас відкриття величезного свята – Олімпіади, я вирішила неодмінно побувати і оцінити ваші змагання. Але спочатку я

хочу дізнатися, чи знаєте ви, звідки прийшли Олімпійські ігри, з яких часів, з якої країни. Бажаєте дізнатися?

Для цього я приготувала цікаву книгу. Ось вона *(показує книгу)*. Ця книга розповість вам багато нового і цікавого. Отже, в минуле по сторінках історії. Сідайте рівненько і уважно мене слухайте.

Було це дуже-дуже давно, коли людина думала лише проте, як вижити, їй необхідно було вміти швидко бігати, плавати, метати, бороти перешкоди. Від уміння людини наздогнати і влучити у здобич від здібності бути загартованим, залежала його мисливська вдача, а значить і життя. Давайте поживимось, як це було.

*(Танець первісних людей.)*

Отже, стародавнім людям були знайомі елементи спорту – біг, стрибки, метання. Але про спорт ще не було і мови. Народився він пізніш. Батьківщиною спорту вважають Стародавню Грецію.

*(Звучить фонограма – В.Мей; “Пори року” Вівальді).*

Понад дві тисячі років тому, на заході Греції, в долині річки Алфей, було містечко Олімпія. В густій зелені оливкових гаїв сяяли біломармурові храми на честь старогрецьких богів Зевса (царя богів), Аполлона (бога світла і сонця), Афродіти (богині краси і молодості), Артеміди.

Стародавні греки створили багато чудових легенд, які розповідають про виникнення Олімпійських ігор. Як переказують легенди, ці змагання греки запозичили від самих богів, життя яких було сповнене війнами і суперечками, а також подвигами. Любов греків до змагань прищеплювалась з ранніх дитячих років. Вже змалку вони знали секрети бою “півників”, коли, підстрибуючи на одній нозі, треба було збити суперника, не втративши при цьому рівноваги.

*(Інсценування “бою півників”).*

Взагалі, легенд про виникнення Олімпійських ігор було дуже багато, але існує одна, найбільш правдива, яку взято за основу. Ось

послухайте. Тяжкі війни розорювали грецькі держави. Народ не мав спокою. Загарбники безжалісно палили і вирубували сади та виноградники, спустошували поля, руйнували будинки, храми. Люди боялися виходити на вулицю, бо їх могли не тільки пограбувати, а й ще жахливіше – вбити.

*(Танок воїнів).*

- Люди хотіли покласти кінець війнам, але не знали, як це зробити.

Вихід знайшов цар Іфрит. Він звернувся до мудреця.

**Іфрит.** О, великий мудрець! Що мені робити, як зберегти свій народ від війни?

**Мудрець.** Ти повинен організувати ігри, угодні богам.

**Ведуча.** І він відправився на зустріч з воїнами.

**Іфрит.** Забудемо про наші чвари. А суперечки давайте розв'язувати не зброєю, а в змагання на швидкість і спритність. Нехай кожен прийде в Олімпію, і на стадіоні покаже, на що він здатний.

**Ведуча.** Ідея Іфрита сподобалась воїнам і вони погодились.

- Мир серед воїнів! Скласти зброю!

- Доторкуватись до зброї заборонялося. Порушників строго карали.

Так в Греції був встановлений звичай, завдяки якому один раз у 4 роки у розпалі воєн, всі складали зброю і відправлялися в Олімпію на ігри.

- За місяць до початку Олімпійських ігор по всій країні розходилися глашатаї сповістити про день урочистого відкриття змагань.

Ось і закінчені усі приготування до свята, всі атлети і гості попереджені і запрошені на свято. На стадіоні майже 50 тисяч глядачів. Про початок ігор сповіщають срібні сурми. *(З'являються трубачі).*

Олімпійськими іграми керувала судійська колегія – арбітри. А потім з'являлися атлети, до яких звертався головний суддя:

- Якщо ви добре підготувалися до Олімпійських ігор, якщо над вами не тяжіє жоден нещасний вчинок чи лінощі, то йдіть з легким серцем. Якщо ні, повертайтеся назад.

**Ведуча.** Як і інші свята, Олімпійські ігри починалися з урочистого відкриття. А відкривали свято красуні-гречанки. *(Танок “Сіртаки”. Фонограма - музика народна).*

**Ведуча.** Стадіон шумів від захоплення, бо до бою вступали найкращі атлети Греції. Першим видом змагань був біг. У цьому виді атлетам потрібна була спритність, швидкість, витривалість.

Другим видом змагань було метання списа. Цим спортсменам потрібна була не тільки спритність, а і сила.

Третім видом була боротьба. Перемогу в цьому виді приносили сміливість, спритність, краса прийомів.

Останнім видом були кулачні бої. Бійці були високі, атлетичної статури – справжні богатирі. Перемога в кулачному бою вважалась найпочеснішою на Олімпіаді.

Легкоатлетичні змагання кожних Олімпійських ігор доповнював конкурс майстрів мистецтв. В Греції вважають, що гармонія тіла і духовного світу нероздільні.

*(Танок “Афродіта”, фонограма – “Дива” Ф.Кіркорова).*

**Ведуча.** По закінченні Олімпійських ігор, які проіснували декілька віків, переможців усіх видів змагань нагороджували оливковими вінками.

*(Вихід судді до атлетів з лавровими вінками).*

Згодом Грецію завоювали римляни. Римський правитель заборонив проведення Олімпійських ігор. А війни все продовжувалися і продовжувалися. Внаслідок усіх кривавих битв постраждала знаменита Олімпія. Відродилися Олімпійські ігри лише в минулому столітті. І знову це була Греція, місто Афіни.

На честь відкриття І Олімпійських ігор був запалений Олімпійський вогонь, і піднятий Олімпійський прапор. Вони стали символами Олімпіади, вони означають дружбу, єдність усіх людей. Ось ідо сьогоднішнього дня з'їжджаються люди з усіх куточків світу, щоб показати свою майстерність. Україна багато разів брала участь в Олімпійських іграх і неодноразово здобувала перемогу.

*(Звучить фонограма – Т.Повалій “Попурі”).*

*Входить до залу хлопчик з державним прапором України.*

**Хлопчик.** Українські спортсмени перемогли! Вони перемогли!  
“Ура! Ура! Ура!”.

**Феміда.** Зустрічайте і вітайте переможців сучасних олімпіад!

Переможці Олімпійських ігор, золоті медалісти з фігурного катання – Оксана Баюл, Віктор Петренко.

Переможці літніх Олімпійських ігор Тимур Таймазов – легка атлетика, м. Київ; Інесса Кравець – легка атлетика, м. Київ; Володимир Клічко – бокс, Київщина; Лідія Чопаєва – спортивна гімнастика, м. Донецьк; Рустам Шопиров – спортивна гімнастика, м. Харків; Катерина Серебрянська – художня гімнастика, Крим.

Тепер ви знаєте, звідки до нас прийшли Олімпійські ігри, про їх батьківщину, про сучасних олімпійських чемпіонів. А на згадку, я хочу подарувати Олімпійську символіку – вогонь і прапор. Нехай їхня присутність допомагає одержати перемогу.

**Феміда.** Право пронести Олімпійський вогонь і прапор надається найкращим спортсменам дитячого садка.

*(З факелом і прапором діти проходять круг пошани)*

**Феміда.** З цієї хвилини, малі Олімпійські ігри я оголошую відкритим! Змагайтеся! Перемагайте! Хай щастить, вам любі діти! А мені вже час ...  
До побачення!

*(Феміда виходить із залу).*

*(Вбігають клоуни).*

*Клоуни оглядають святково прибрану залу, знайомляться з присутніми, з'ясовують куди вони потрапили, що тут відбувається. Клоуни починають вдавати з себе справжніх чемпіонів, своїми словами і діями роблять антирекламу спорту. Але діти їх не підтримують. Тоді клоуни, щоб в'яснити, які ж діти любителі спорту, пропонують влаштувати їм невеличку вікторину. Вони запитують дітей.*

- Які ви знаєте види спорту?
- Хто такий чемпіон?
- Чим нагороджують чемпіонів?
- Які ви знаєте спортивні знаряддя?
- Які ви знаєте спортивні передачі?

Дійсно діти вже багато знають про спорт. Клоуни цього не знали. Вони вирішують також зайнятися спортом, і брати участь у малих Олімпійських іграх разом з присутніми дітьми.

*До залу вбігає тренер з свистком.*

**Тренер.** Хто тут погано говорить про спорт?

**Клоуни.** Вибачте, ми більше так ніколи не будемо говорити. Ваші діти нам багато розповіли про спорт. Адже ми і не підозрювали, що це так важливо і цікаво. Дозвольте і нам з вами займатися!

**Тренер.** Спробуйте! Ви будете задоволені!

- Команди, шикуйсь! *(Команди шикуються одна проти іншої).*
- Мої діти знають, що...

**Дитина.**

Лиш один рецепт на світі  
Всім-усім підходить дітям –  
Коли спорт полюбиш,  
Сильним, спритним будеш.

**Всі.** Сильним, спритним будеш.

**Дитина.** Всім відомо – це чудово,  
Коли кожен з нас здоровий!

Тільки треба знати:

**Всі.** Як здоровим стати.

**Тренер.** Наші діти всі спортивні, сильні, швидкі, спритні. А це тому, що у нашому садочку фізкультура на першому місці. Доведемо це, діти? А наші змагання будуть судити арбітри – наші гості.

- Команди, шикуйсь! Вітаємо команди! Команда “Чемпіон”.  
Капітан команди - ... Команда “Лідер”. Капітан команди - ... - Ура!

- Фізкультура!

- Першим видом змагань оголошую:

1. Передача м'яча над головою.
2. Юні гімнасти.
3. Подолання перешкод.
4. Юні хокеїсти.
5. Канат.
6. Лабіринт.

**Тренер.** Ну ось і закінчились наші малі Олімпійські ігри. Тепер просимо наше журі підвести підсумки змагань. Слово надається головному судді змагань.

*(Виступ. Підсумок змагань. Нагородження команд).*

**Тренер.** Діти, сьогодні на нашому святі переможених немає, бо перемогла дружба!

## Додаток Д

### Примірний сценарій олімпійського уроку для учнів 1 - 4 класів

#### 1. Теоретичні знання.

Загальні відомості про Олімпійські Ігри.

Ознайомлення з олімпійською символікою:

- олімпійський прапор;
- олімпійські кільця - символ єдності народів усіх континентів;
- олімпійське гасло - „швидше - вище - сильніше“;
- олімпійський вогонь;
- естафета олімпійського вогню;
- церемонії ігор (відкриття, олімпійська присяга, нагородження, закриття).

#### 2. Практична частина.

Проведення сюжетної гри „Малі Олімпійські ігри“:

1) Церемонія відкриття:

- парад;
- естафета олімпійського вогню;
- підняття олімпійського прапору;
- олімпійська присяга (“Від імені всіх учасників я обіцяю дотримуватися правил чесної гри в істинно спортивному дусі в ім'я слави спорту та честі наших команд”).

2) Проведення змагань (естафети, рухливі та народні ігри, конкурси, вікторини тощо).

3) Підведення підсумків та нагородження переможців.

4) Церемонія закриття:

- опускання олімпійського прапору, запуск паперових голубів.

(для проведення заходу можна використати загадки та прислів'я, що подані нижче).



### *Загадки на спортивну тематику*

Ясним ранком повз дороги Кинеш в річку - не тоне,  
На траві блищить роса. Б'єш об стінку - не стогне (м'яч],

По дорозі їдуть ноги та біжать два колеса. Будеш кидати об землю,  
У загадки є секрет, Стане вгору підлітати,  
Що це – мій... (велосипед).

Ніг від радощі не чую,  
З гірки сніжної лечу я,  
Став для мене спорт рідніше,  
В цьому допомогли ... (лижі)

### *Прислів'я про здоров'я та спорт*

Без уміння і сила ні при чому”.

“Здоров'я в порядку - дякуй зарядці”.

“Здоров'я маємо - не дбаємо, а втративши – плачемо”.

“Хто міцний плечем, тому й ноша ніпочім”.

“Бережи сукню знову, а здоров'я - змалку”.

“Ліків тисячі, а здоров'я одне”.

“Хто спортом займається, той сили набирається”.

“Ніхто не потурбується за тебе краще, ніж ти сам”.

“Не бігаєш здоровим, побіжиш, коли захворієш”.

“Рухайся більше - проживеш довше”.

“Здоров'ю ціни немає”.

“Здоров'я не купиш”.

“Тримай голову у холоді, живіт у голоді - будеш здоровий”.

“Здоров'я всього дорожче”.

“Як дитина бігає і грається, так і їй здоров'я усміхається”.

В основній школі для проведення уроку можна обрати такі форми роботи, як різноманітні інтелектуальні або рольові ігри, тренінги; вікторини, конкурси віршів, малюнків.

Елементом уроку для учнів 5-7 класів може бути знайомство з міфами та легендами про виникнення Олімпійських Ігор, ознайомлення з олімпійською символікою та ритуалами.