

Гейці С.Т.
аспірант
Соловей А.В.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Львівський державний університет фізичної культури ім. Боберського, м. Львів

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ І ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ УГОРЩИНИ

Вивчення зарубіжного досвіду фізичного виховання може допомогти у вдосконаленні наявних підходів у тестуванні фізичної підготовленості населення України. Мета дослідження: проаналізувати систему оцінювання фізичної підготовленості і здоров'я школярів в Угорщині.

В Угорщині тестування рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів має загальнодержавний характер. В угорській системі освіти обов'язковим і єдиним методом оцінювання фізичної підготовленості і здоров'я є Національний єдиний учнівський фітнес тест (NETFIT). За допомогою інноваційного програмного забезпечення результати тестувань вносяться до загальної бази даних. Відбувається систематизація і аналіз отриманих результатів, де статистичні дані поділені на різні рівні: державний, регіональний, обласний, районний, міський, шкільний. Даний підхід до оцінювання дозволяє отримати об'єктивну оцінку рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів на державному та регіональних рівнях, спостерігати динаміку змін, здійснювати стратегічне планування та впровадження заходів щодо здоров'я та фізичної підготовленості школярів.

Ключові слова: оцінювання, фізична підготовленість, здоров'я, школярі

Гейці С. Т., Соловей А.В. Система оценивания физической подготовленности и здоровья школьников Венгрии. Изучение зарубежного опыта может помочь в совершенствовании подходов в тестировании физической подготовленности населения Украины. Цель исследования: проанализировать систему оценивания физической подготовленности и здоровья школьников Венгрии.

В Венгрии тестирование уровня физической подготовленности и здоровья имеет государственный характер. В системе образования обязательным единственным методом оценивания является Национальный единый ученический фитнес тест (NETFIT). С помощью инновационного программного обеспечения результаты тестирования вносятся в общую базу данных, где систематизируются и анализируются. Статистические данные делятся на разные уровни: государственный, областной, региональный, городской, школьный. Такой подход к оцениванию позволяет получить объективную оценку уровня физической подготовленности и здоровья школьников на государственном и региональном уровнях, наблюдать динамику изменений, осуществлять стратегическое планирование и внедрение мероприятий по укреплению здоровья и физической подготовленности школьников.

Ключевые слова: оценивание, физическая подготовленность, здоровье, школьники

Stepan Heitsi, Alla Solovey The system of evaluation of hungarian pupils' physical preparation and health. The opportunity to evaluate the population's level of physical preparation and health is an essential factor for each country's strategy.

The researching foreign experience of physical studying may help solving a range of such problems as are faced by domestic scientists. It also can stimulate improvement of national system of physical and improve present ways in testing Ukrainian population physical preparation. The goal of the research is to analyze the system of evaluation of Hungarian pupils' physical preparation and health. The task of the research:

1. To set approaches for pupils' physical preparation and health level testing in the Hungarian system of physical education.
2. To define the specifics of tests of Hungarian pupils' physical preparation and health.

The methods of the research are the analysis of scientific-methodological literature, content analysis, analysis and synthesis. The testing the level of pupils' physical preparation and health has federal character in Hungary. The Hungarian National Student Fitness Test (NETFIT) is the only one and obligatory method of evaluation the physical preparation and health level in the Hungarian Educational system from 2014-2015.

The system NETFIT is divided onto 4 different profiles with different indicators such as anthropometrical data, body form, aerobic opportunities, skeletal muscles opportunities and indicators of flexibility. The results of testing divide onto 3 zones: the zone of health, the zone which should be developed, the zone which should be deeply developed. The data managing sets with innovative program software. The pedagogical reverse connection is build and the access to personal data have pupils and their parents. The teachers put testing data to the general database of NETFIT system each year until June, 1. According to results they make systematization and results analysis, where statistical data is divided onto different levels: state level, regional, district, city, school. The systematized results from all the tests are accessible on various levels. This approach according evaluation allows to get objective estimation of pupils' physical preparation and health level on the state and regional level, to find the change dynamics, to build strategic planning, to establish measures according pupils' physical preparation and health and to have individual approach to each pupil.

Key words: evaluation, physical preparation, health, pupils.

Постановка проблеми. Глобальний науково-технічний розвиток та інформаційний прогрес на межі тисячоліть обумовив суттєву зміну ролі і місця фізичного виховання в суспільстві. Спостерігається зниження рівня фізичного здоров'я школярів, підвищення захворюваності, зниження рівня їх фізичної підготовленості та рухової активності. Отже, однією з найбільш гострих проблем на сьогодні є підвищення стану здоров'я і фізичної підготовленості дітей шкільного віку. [3]

Не зважаючи на значну наукову та методичну роботу, реалізація оздоровчих заходів у навчальних закладах сьогодні не склалась в єдину комплексну систему. Однією з причин такого положення є відсутність регулярної систематизованої та об'єктивної інформації про динаміку здоров'я і фізичної підготовленості школярів. [1]

Можливість оцінити рівень здоров'я та фізичну підготовленість населення є вагомим чинником для державної стратегії кожної країни.

Серед фахівців не існує узгодженої думки щодо спрямованості тестування школярів. Тому, науковці вважають, що з-посеред наявних на сьогодні тестів для застосування у шкільному фізичному вихованні доцільно насамперед вибирати ті, що пов'язані з показниками здоров'я. Важливо, щоби застосування педагогічних тестів давало не лише інформацію про рівень фізичної підготовленості дітей, але й про ступінь здоров'я і відхилення в соматичному здоров'ї, що дасть змогу дібрати відповідні індивідуальні засоби його корекції [1].

Одним зі шляхів вирішення проблеми тестування рівня фізичної підготовленості та здоров'я у сучасних умовах, як вважають В.С. Ашанін, 2013; В.О. Кашуба, 2012; Н.В. Москаленко, 2007; Ю.Ю. Борисова, 2013; є широке впровадження нових комп'ютерних технологій автоматизації обробки інформації та створення на цій основі банку даних про фізичний стан підлітків для планування фізичних навантажень та розробки індивідуальних програм для самостійних занять[5].

Вивчення зарубіжного досвіду фізичного виховання може допомогти вирішити низку проблем, які постали перед вітчизняними науковцями та педагогами, а також стимулювати вдосконалення національної системи фізичного виховання.

Проводились дослідження широкого спектру питань, пов'язаних з системами фізичного виховання різних країн світу. Зокрема, О.В. Віндюк (2001р.) аналізувала історію шкільних програм з фізичного виховання США; О.Н. Бессарабова(2006р.) вивчала освітні стандарти середньої школи США; І.Х. Турчик (2005р.) вивчала систему фізичного виховання Англії. Дослідження С.В.Романчука (2013р.) присвячене аналізу тестувань рівня фізичної підготовленості в військах Збройних сил країн НАТО. Власне порівняльний аналіз тестів рівня фізичної підготовленості в школах України, США, Польщі, Російської Федерації зустрічається в дослідженнях А. Б. Мандюка (2014р.).

Водночас, у доступних літературних джерелах недостатньо аналітично-порівняльних досліджень у контексті висвітлення особливостей складання тестів фізичної підготовленості в різних країнах світу. Вважаємо, що аналіз системи оцінювання рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів Угорщини дозволить удосконалити наявні підходи до тестування фізичної підготовленості населення України.

Мета дослідження: проаналізувати систему оцінювання фізичної підготовленості і здоров'я школярів в Угорщині.

Завдання дослідження:

1. Встановити підходи до тестування рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів в системі фізичного виховання Угорщини.
2. Визначити специфіку тестів рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів Угорщини.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури; контент аналіз; аналіз та синтез.

Виклад основного матеріалу дослідження. У 2012 році в Угорщині був прийнятий новий закон про освіту, згідно якого з 2012/2013 навчального року починаючи з 1, 5 і 9. класів поступово ввели щоденні уроки з фізичної культури. З вересня 2015 року у всіх загальноосвітніх навчальних закладах Угорщини обов'язково проводяться щоденні уроки з фізичної культури у всіх класах.

З вересня 2013 року зміст шкільного фізичного виховання Угорщини визначає нова навчальна програма. Філософія нової навчальної програми акцентує більшу увагу на зміцненні здоров'я, більш детально регулює і визначає знання і завдання для емоційного і соціального розвитку. Серйозним викликом для фізичного виховання Угорщини було продемонструвати позитивний ефект при збільшеній кількості уроків фізичного виховання. Крім кількісного зростання необхідним було створення програми, яка підтримує, як реалізацію нового навчального плану так і може змістовно наповнити доступну кількість уроків фізичної культури.

У травні 2013 року за ініціативи Союзу Угорського Учнівського Спорту (MDSZ) було створено проект під назвою TESI 2020 (Стратегічні заходи фізичної культури у зміцненні здоров'я). Проект має 3 важливі компоненти, які стосуються фізичного виховання школярів:

1. Розробка стратегії фізичного виховання школярів до 2020-го року;
2. Практико-методологічна підтримка вчителів у вигляді друкованих та аудіовізуальних видань для забезпечення якісного фізичного виховання;
3. Розробка нового національного єдиного учнівського фітнес тесту (NETFIT) [2, 6].

Національний єдиний учнівський фітнес тест (NETFIT) розроблений спільно з всесвітньо відомим американським Інститутом Купера, в рамках проекту досліджень і розробок. За допомогою NETFIT можна характеризувати загальний фізичний стан, склад тіла, гнучкість, аеробні можливості організму, можливості опорно-рухового апарату. За допомогою інноваційного програмного забезпечення відбувається керування даними, включаючи роботу системи особистого педагогічного зворотного зв'язку. Для того, щоб ефективно впровадити тестування, MDSZ організував безкоштовні курси навчання для 6800 вчителів в обсязі 30 годин, і надав безкоштовні необхідні засоби для всіх шкіл в Угорщині.

З 2014-2015 навчального року в угорській шкільній системі освіти обов'язковим і єдиним методом оцінювання фізичної підготовленості і здоров'я є NETFIT.

Система тестування NETFIT поділено на 4 різні профілі до яких відносяться різні тести:

1. Профіль складу тіла: вимірювання зросту, маси тіла і відсотку жиру;
2. Профіль аеробних можливостей: «човниковий» біг на витривалість;
3. Профіль можливостей скелетних м'язів: ритмічний тест пресу, тест піднімання тулуба лежачи на животі, ритмічний тест згинання і розгинання рук в упорі лежачи, вимірювання кистьової сили, стрибок у довжину з місця;
4. Профіль гнучкості: тест на гнучкість.[2]

Методологія проведення вимірювань і тестів:

1.1 Вимірювання довжини тіла – вимірюють за допомогою ростоміра. Учень має стати прямо, лопатки, сідниці і п'ятки мають торкатись до стіни.

1.2 Маса тіла і % жиру тіла – вимірюють за допомогою приладу аналізатора біоімпеденції. Після запису статті, віку, і довжини тіла учень стає босоніж на прилад, бере у руки ручні електроди і піднімає руки вперед, декілька секунд і прилад випикує на екрані результат. (рис.1)



Рис.1 Аналізатор біоімпеденції

2.1 «Човниковий» біг на витривалість – біг під аудіо матеріал на дистанції 15 або 20 м., під час тестування учні повинні бігти з поступовим прискоренням (щохвилини зростає темп) встановлений звуковими сигналами, одночасно з звуковими сигналами повертаються з стартової або фінішної лінії. Завдання триває до повної втоми, поки учень вже не може подолати дистанцію за заданий час.

3.1 Ритмічний тест пресу – учень лежить на спині зігнутими колінами, руки випрямлені лежать біля тулуба, до кінця 3-го пальця ставлять вимірювальну стрічку (рис.2). Вправу виконують за допомогою команд на аудіо записі, під час команди «Верх» учень піднімає тулуб поки палець не торкнеться до протилежної сторони стрічки, під час команди «Вниз» вертається до вихідного положення. Повторення виконуються через 3 секунди. Тест триває поки учень добровільно не закінчує або вже не встигає за заданим ритмом.



Рис.2 Ритмічний тест пресу

3.2 Тест піднімання тулуба лежачи на животі (рис.3) – учень лежить на животі, руки під стегном. Учень піднімає тулуб, вимірюють відстань від землі до підборіддя.

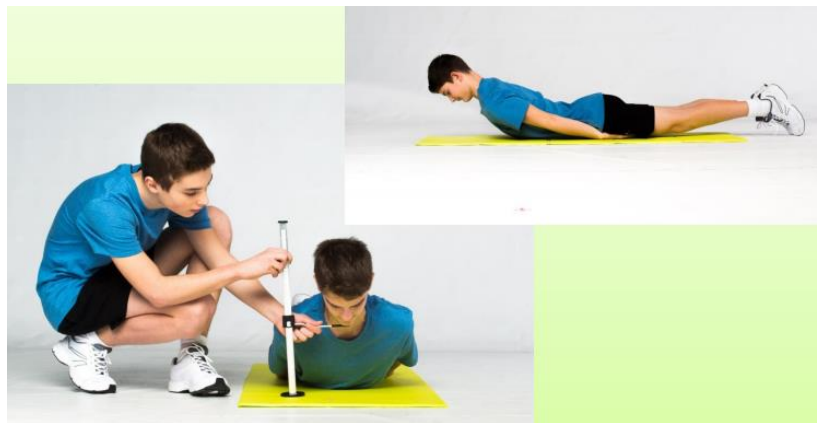


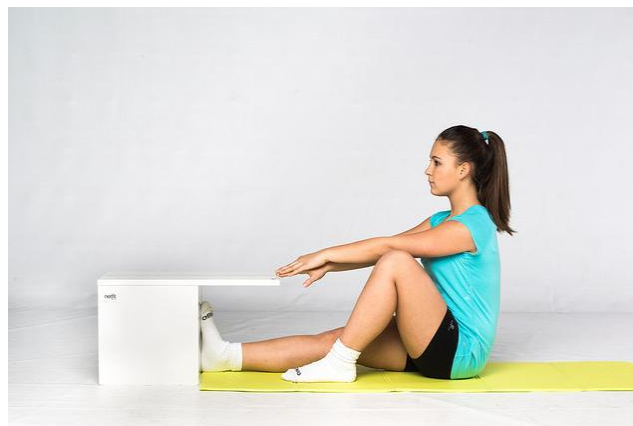
Рис.3 Тест піднімання тулуба лежачи на животі

3.3 Ритмічний тест згинання і розгинання рук в упорі лежачи – виконується з вихідного положення упор лежачи на підлозі, руки на ширині плечей, плечі, тулуб і ноги складають пряму лінію. Тест виконують за допомогою команд на аудіо записі, під час команди «Вниз» учень має зігнути руки в ліктьовому суглобі на 90, і під час команди «Верх» має вертатись у вихідне положення, повторення виконуються через 3 секунди, тест триває поки учень добровільно не закінчує або вже не встигає за заданим ритмом.

3.4 Вимірювання кистьової сили – визначають за допомогою кистьового динамометра, стійка ноги нарізно, руки внизу біля тулуба, спочатку виконують правою потім лівою рукою, з 2 спроб записують кращий результат.

3.5 Стрибок у довжину з місця – з 3-х спроб записують кращий результат

4.1 Тест на гнучкість (рис.4) – вихідне положення: учень сидить, стопу (без взуття) однієї ноги ставить до вимірювальної коробки, другу ногу згинає в колінному суглобі. Руки разом ставляться на вимірювальну шкалу, тулуб прямий і учень намагається якомога далі зігнути і потримати позицію, записують результат, а потім повторюють тест зі змінами положення ніг. [2]



Мал.4 Тест на гнучкість.

Вимірювання проводять вчителі фізичної культури під час уроків фізичної культури у другому семестрі навчального року, від початку січня до кінця квітня і результати заносяться до 1 червня у комп'ютерну програму системи NETFIT. Безкоштовну розроблену комп'ютерну програму разом з необхідним інвентарем отримує і встановлює кожний навчальний заклад, а також отримує ключ для входу і авторизації навчального закладу. Наступним кроком є реєстрація вчителів фізичної культури та школярів. Програма також дозволяє реєстрацію батькам, які хочуть познайомитись з результатами тестування власної дитини. Всі зареєстровані учасники дістають логін і пароль для входу до програми, за допомогою яких учні, вчителі і батьки мають доступ до результатів тестування.

Тестування обов'язкове для всіх школярів 5-12 класів з 2014-2015 навчального року. Результати тестування поділяють на 3 зони: зона здоров'я; зона яку потрібно розвивати; зона яку потрібно поглиблено розвивати. Кожного року на основі отриманих результатів роблять систематизацію і аналіз отриманих результатів, з якими можна ознайомитись на сайті: https://www.netfit.eu/public/pb_report.php, де статистичні дані результатів поділені на різні рівні: державний, регіональний, обласний, районний, міський, шкільний. На всіх рівнях доступні систематизовані результати з усіх тестів, з якими можна ознайомитись як окремо так і декількома або з усіма одночасно. [6]

У 2017-2018 навчальному році кількість зареєстрованих навчальних закладів складало 2710, вчителів 19410, школярів 720850, батьків 24899. [6]

Висновки: В Угорщині тестування рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів має загально державний характер. З 2014-2015 навчальних років в угорській системі освіти обов'язковим і єдиним методом оцінювання фізичної підготовленості і здоров'я є Національний єдиний учнівський фітнес тест (NETFIT).

Система тестування NETFIT поділена на 4 різні профілі до яких відносяться різні показники: антропометричні дані, склад тіла; аеробні можливості; можливості скелетних м'язів; показники гнучкості. Результати тестування поділяють на 3

зони: зона здоров'я; зона яку потрібно розвивати; зона яку потрібно поглиблено розвивати. За допомогою інноваційного програмного забезпечення відбувається керування даними, здійснюється педагогічний зворотній зв'язок, до персональних даних мають доступ учні та їхні батьки.

Щороку до 1 червня вчителі вносять дані тестувань до загальної бази даних системи NETFIT. На основі отриманих результатів роблять систематизацію і аналіз отриманих результатів, де статистичні дані поділені на різні рівні: державний, регіональний, обласний, районний, міський, шкільний. На всіх рівнях доступні систематизовані результати з усіх тестів. Даний підхід до оцінювання дозволяє отримати об'єктивну оцінку рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів на державному та регіональних рівнях, спостерігати динаміку змін, здійснювати стратегічне планування та впровадження заходів щодо здоров'я та фізичної підготовленості школярів; здійснювати індивідуальний підхід до кожного школяра.

Подальші наукові дослідження спрямовані на вивчення та аналіз досвіду впровадження системи оцінювання рівня фізичної підготовленості та здоров'я школярів в Угорщині та порівняння вітчизняної системи оцінювання.

Література

1. Боднар І.Р. Тести й нормативи для визначення рівня фізичної підготовленості і здоров'я школярів середнього шкільного віку / Боднар І., Кожух Н. // Спортивна наука України – 2015. - №4(68) – с.9-17.
2. Кіраль А. Стан фізичної підготовленості угорських 10-18 річних школярів. Звіт про дослідження результатів Національного єдиного учнівського фітнес тесту у 2017/2018 навчальному році. // Кіраль А., Кой М., Гернаді А., Калблі К., Чані Т – Будапешт, – 2018. – с.51
3. Соловей А.В. Оцінювання рівня фізичної підготовленості учнів старших класів [Текст] / Ольга Римар, Алла Соловей // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Л., 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 181 – 186.
4. Турчик І.Х. Фізичне виховання в шкільній освіті Європи: монографія / І.Х. Турчик. – Дрогобич: Швидкодрук, 2017. – 138 с.
5. I.R. Bodnar Objective criteria for determination of functional-reserve potentials of secondary school age pupils /O.V. Rymar, A.V. Solovei, G.G. Malanchuk, P.P. Datskiv//Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2015. – №11. – P.11-19
6. Т.Е.:І: 2020 - Стратегічні заходи фізичної культури у зміцненні здоров'я, 2013-76 с.

Reference

1. Bodnar I.R. Testy u normatyvy dlia vyznachennia rivnia fizychnoi pidhotovlenosti i zdorovia shkolariv serednoho shkilnoho viku / Bodnar I., Kozhukh N. // Sportyva nauka Ukrainy – 2015. - №4(68) – s.9-17.
2. Kiral A. Stan fizychnoi pidhotovlenosti uhorskykh 10-18 richnykh shkolariv. Zvit pro doslidzhennia rezultativ Natsionalno yedynoho uchnivskoho fitnes testu u 2017/2018 navchalnomu rotsi. // Kiral A., Koi M., Hernadi A., Kalbli K., Chani T – Budapesht, – 2018. – s.51
3. Solovei A.V. Otsiniuvannia rivnia fizychnoi pidhotovlenosti uchniv starshykh klasiv [Tekst] / Olha Rymar, Alla Solovei // Moloda sportyva nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny / za zah. red. Yevhena Prystupy. – L., 2013. – Vyp. 17, t. 2. – S. 181 – 186.
4. Turchuk I.Kh. Fizyчне vykhovannia v shkilnii osviti Yevropy: monohrafiia / I.Kh. Turchuk. – Drohobych: Shvydkodruk, 2017. – 138 s.
5. I.R. Bodnar Objective criteria for determination of functional-reserve potentials of secondary school age pupils /O.V. Rymar, A.V. Solovei, G.G. Malanchuk, P.P. Datskiv//Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. – 2015. – №11. – R.11-19
6. T.E.:I: 2020 - Stratehichni zakhody fizychnoi kultury u zmitsnenni zdorovia, 2013-76 s.

УДК: 796.015.6-057.876

Герасименко С.Ю.
кандидат педагогічних наук, доцент
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м. Дрогобич
Лук'янченко М.І.
доктор педагогічних наук, професор
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м. Дрогобич
Adam Podolski
Ks. dr hab. prof. UR
Uniwersytet Rzeszowski, m. Rzeszow

ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ УЧНІВ 7-Х КЛАСІВ

У статті визначено рівень фізичної працездатності хлопців та дівчат 7-х класів в рамках навчально-виховного процесу у загальноосвітньому навчальному закладі.

Аналіз отриманих даних свідчить про те, що серед обстежуваних хлопців 9,81% мають поганий рівень фізичної працездатності, задовільний – 38,93%, середній рівень – 18,61% та добрий – 32,65%, серед дівчат поганий рівень фізичної працездатності мають 15,95% школярок, задовільний – 53,52%, середній рівень – 20,32% та добрий – 10,21%. Важливо відмітити, що серед хлопців та дівчат 7-х класів не було виявлено тих, чия працездатність можна