

Фізичне виховання і спорт
УДК 373.2.016:796.3(043.3)

Галай М.Д.
кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри олімпійського та професійного спорту
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова
Київ, Україна

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНЕ НАВЧАННЯ ВПРАВ З М'ЯЧЕМ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ШКОЛІ

***Анотація.** Розкрито новий підхід до розв'язання питання навчання вправ з м'ячем учнів початкових класів на уроках фізичної культури. Визначено диференційований підхід як основний організаційно-педагогічний принцип фізичного виховання школярів, що дозволяє організувати вивчення вправ із м'ячем з урахуванням особливостей розвитку організму учнів 1-4 класів. Розкрито вплив психофізіологічних особливостей розвитку організму учнів молодших класів на результативність у вправах із м'ячем. Визначено організаційно-педагогічні умови успішної реалізації навчання вправ з м'ячем учнів початкової школи.*

***Ключові слова:** молодший шкільний вік, диференційований підхід, психофізіологічні показники, вправи з м'ячем.*

Halay M.D.
PhD (pedagogical sciences),
Senior Lecturer of the Department of Olympic and Professional Sport
M. P. Drahomanov National Pedagogical University
Kyiv, Ukraine

DIFFERENTIATED TRAINING OF EXERCISES WITH BALL FOR JUNIOR CLASSES AT PHYSICAL TRAINING LESSONS IN SCHOOLS

***Abstract.** The new approach to solving the problem of exercising with the ball of junior school pupils at the lessons of physical culture is revealed. The differentiated approach as the basic organizational-pedagogical principle of physical education of schoolchildren is determined, which allows to organize the study of ball exercises taking into account the peculiarities of the development of the body of pupils of 1-4 classes. Disclose the effect of psycho-physiological characteristics of an body of junior school students of elementary grades on performance in the ball exercises. The organizational and pedagogical conditions of successful realization of training of exercises with a ball of pupils of junior classes are determined.*

***Keywords:** primary school age, differential approach, physiological indicators, exercises with the ball.*

Фізичне виховання як невід'ємна складова шкільної освіти спрямоване на формування фізичного, соціального та духовного здоров'я учнівської молоді, підготовку до ведення активного довготривалого життя. Існуюча тенденція до погіршення фізичного стану школярів, зниження їх мотивації до занять фізичними вправами зумовлює гостру потребу в оптимізації шкільної системи фізичного виховання, зокрема пошуку нових підходів до викладання предмету «Фізична культура» (Ж. Г. Дьоміна, М. Д. Зубалій, О. С. Куц, О. В. Тимошенко та ін.).

Фізичне виховання молодших школярів має свою специфіку, зумовлену їх віковими анатоמו-фізіологічними та психологічними особливостями розвитку, а також адаптацією до нових умов навчання, яке характеризується різким

зростанням розумової діяльності на фоні різко обмеженої рухової активності. У початковій школі закладається фундамент для подальшого фізичного вдосконалення учнівської молоді на основі набутих знань, рухового досвіду та фізичної підготовленості (Е.С. Вільчковський, Л.В. Волков, О.Д. Дубогай, С.І. Присяжнюк та ін.). У зв'язку з цим правильно організоване фізичне виховання в молодшому шкільному віці є не лише необхідною умовою всебічного гармонійного розвитку учнів, а й основою для їх подальшого рухового вдосконалення [6, 8, 9]. Від успішної реалізації завдань фізичного виховання в молодших класах залежить мотивація, стан здоров'я, розумова і фізична працездатність дітей на наступних етапах шкільної освіти.

За даними провідних фахівців у галузі [1, 4, 6] визначено, що одним із сучасних напрямків удосконалення навчання фізичної культури школярів є диференціація форм, засобів і методів фізичного виховання. Однак традиційна система шкільного фізичного виховання враховує лише статево-вікові закономірності розвитку, хоча встановлено, що індивідуальні особливості психофізичного розвитку дітей одного віку й статі, а також особливості їх тілобудови впливають на якість і швидкість навчання фізичних вправ та розвиток рухових якостей учнів [4, 5, 6].

Урахування морфофункціональних та психофізіологічних особливостей розвитку організму молодших школярів у процесі навчання фізичних вправ ігрової спрямованості дозволяє кожному учневі виконувати навантаження в оптимальному режимі та підвищує ефективність засвоєння навчального матеріалу [2, 5, 8]. Поряд з існуючими розробками, що стосуються переважно питання диференційованої фізичної підготовки учнів молодшого шкільного віку, диференціація у процесі навчання фізичних вправ з м'ячем у початковій школі вивчена недостатньо, що доводить актуальність теми.

Період життя дітей від 6-7 до 9-10 років називають молодшим шкільним віком. При визначенні його меж враховують особливості психічного і фізичного розвитку дітей, перехід їх до навчальної діяльності, яка стає основною. В учнів початкової школи формуються основні життєво необхідні рухові дії, відбувається інтенсивний розвиток більшості рухових якостей, властивостей психіки, формування різних систем організму та особистісних рис характеру [3,5].

Доведено, що фізична культура є найбільш ефективним засобом забезпечення усіх дітей, незалежно від наявності або відсутності у них здібностей, їхніх статевих, вікових, культурних, расових, етнічних, релігійних чи соціальних ознак знаннями і розумінням цінності власного здоров'я та цінності занять фізичною культурою протягом життя.

На уроках фізичної культури учнів 1-4 класів основною формою навчальної діяльності має бути гра, оскільки діти молодшого шкільного віку

відрізняються особливою рухливістю. Рухливі і спортивні ігри – важливий засіб фізичного виховання молодших школярів, оскільки має велике оздоровче, освітнє і виховне значення. Систематичне їх застосування значно розширює рухові можливості дітей, забезпечує повноцінне засвоєння життєво важливих рухів – стрибків, бігу, метання та ін. Оздоровче значення ігор полягає в тому, що вони спрямовані на зміцнення та збереження здоров'я дитини, профілактику найбільш розповсюджених захворювань, а також сприяють гармонійному розвитку організму школяра, формують правильну поставу, загартовують організм, підвищують працездатність. Виховне значення ігор пов'язане з формуванням в учнів колективізму, дисциплінованості, організованості, ініціативності, рішучості, сміливості.

Сучасними дослідниками [1, 6, 9] встановлено, що основним організаційно-педагогічним принципом фізичного виховання учнів є диференційоване використання засобів фізичної культури на заняттях зі школярами різної статі та віку з урахуванням стану їхнього здоров'я, ступеня фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості. Диференційований підхід передбачає врахування не тільки статевих та вікових закономірностей розвитку організму, а й індивідуальних можливостей, однорідних за морфофункціональним станом груп.

Опрацювання та систематизація сучасних теоретичних даних про загальну структуру процесу навчання рухових дій, основні підходи до навчання фізичних вправ учнів початкової школи, особливості розвитку організму дітей 6–10 років та досвіду передової практики, вивчення закономірностей процесу навчання рухових дій, зв'язків між суб'єктами навчальної діяльності та факторів, що впливають на учасників та перебіг навчального процесу за допомогою педагогічного спостереження, а також аналіз результатів анкетування, експертного опитування та експерименту дозволили зробити певні висновки, щодо управління диференційованим навчанням вправ з м'ячем учнів молодшого шкільного віку на уроках фізичної культури.

Вивчення мотивації молодших школярів дозволило встановити позитивне ставлення учнів 1-4 класів до уроків фізичної культури, а також підтвердило високий інтерес дітей до вправ з м'ячем. Спостерігається чітка позитивна динаміка мотивації молодших школярів з віком. Так, з роком навчання збільшується кількість дітей, яким подобаються уроки фізичної культури (від 76,1 % у першому класі до 92,5% у четвертому). З віком зростає зацікавленість дітей до ігор з м'ячем (від 69,2% у першому класі до 86,6% у четвертому класі).

Результати проведеної діагностики психофізіологічних показників розвитку організму учнів 1-4 класів підтвердили прискорений руховий та психофізіологічний розвиток дітей даного вікового періоду. Вивчено вікову динаміку антропометричних та психофізіологічних показників розвитку

організму учнів 1-4 класів. Досліджено особливості прояву психофізіологічних показників хлопчиків та дівчаток кожного вікового періоду. В ході експерименту констатовано, що хлопчики початкових класів мають перевагу над дівчатками цього ж віку у точності силових, часових, просторових параметрів рухів та силі нервових процесів, тоді як дівчатка, в свою чергу, переважають однолітків у показниках рівноваги тіла, часу складної реакції вибору та короткочасної пам'яті на числа. Стабільне підвищення досліджуваних показників учнів з віком підтверджує прискорений психофізіологічний розвиток дітей молодшого шкільного віку.

Вивчення залежності успішного вивчення вправ з м'ячем від розвитку організму молодших школярів показало існування і тісноту впливу психофізіологічних показників на навчальні досягнення, що простежується у всіх вікових і статевих категоріях. Експериментально підтверджено необхідність включення до змісту уроків фізичної культури під час вивчення вправ з м'ячем фізичних вправ для розвитку психофізіологічних показників, які є найбільш інформативними для вивчення тієї чи іншої вправи, залежно від віку та статі, зокрема: швидкості сенсомоторних реакцій, частоти рухів, реакції на рухомий об'єкт, кінестетичного відчуття, швидкісної витривалості, рівноваги, часової орієнтації, просторової орієнтації, а також пам'яті та різних характеристик уваги.

Підтверджено існування відмінностей у типах тілобудови школярів одного віку й статі та визначено соматотипологічний статус учнів 1-4 класів. Враховуючи прогностичну значущість типу будови тіла для успішності засвоєння фізичних вправ, обґрунтовано можливість використання більш об'єктивного оцінювання навчальних досягнень у процесі фізичного виховання школярів. Традиційні підходи до оцінювання успішності засвоєння фізичних вправ ґрунтуються на використанні середньовікових можливостей учнів та не враховують індивідуального варіювання морфофункціональних показників, тому запропоновано критерії оцінювання навчальних досягнень у вправах з м'ячем учнів молодших класів на уроках фізичної культури за рівнями сформованості окремих рухових умінь для кожного вікової групи з урахуванням статі і соматотипу, що включає орієнтовні контрольні вправи та їх нормативну оцінку у балах за рівнями.

В процесі дослідження визначено організаційно-педагогічні умови, що забезпечують ефективність навчання вправ з м'ячем на уроках фізичної культури в початковій школі: створення активного освітнього середовища; забезпечення органічної єдності та наступності практичного досвіду і теоретичної підготовки учнів початкової школи; формування в учнів здоров'я, творчих мотивів та ціннісної установки на досягнення особистого благополуччя; забезпечення самостійності у діяльності і поведінці; застосування спеціально спрямованих засобів, методів і форм удосконалення психофізіологічних показників розвитку

організму з метою підвищення успішності навчання; реалізація індивідуального підходу шляхом урахування соматичної типології, фізичного стану, психофізіологічних показників розвитку організму та інтересів молодших школярів; дотримання принципів фізичного виховання, гігієнічних вимог та безпеки місць проведення занять; комплексний підхід до діагностики, вдосконалення та контролю успішності навчальних досягнень учнів, що забезпечує зворотній зв'язок у навчально-виховному процесі в умовах суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Отже, враховуючи вище зазначені умови при навчанні вправ з м'ячем учнів 1-4 класів в ході експерименту визначено, що позитивне ставлення до уроків фізичної культури у 4 класі зросло на 6,3%. Щодо інтересу до видів рухової активності на уроках фізичної культури, то зацікавленість школярів до ігор та естафет з м'ячем достовірно збільшилася на 21,6%. Застосування диференційованого підходу при навчання вправ з м'ячем учнів молодших класів підвищує ефективність реалізації освітніх завдань та сприяє покращенню мотивації молодших школярів на уроках фізичної культури.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Арефьев В.Г. Сучасна методика оцінювання рівня фізичного розвитку учнів загальноосвітніх шкіл / В. Г. Арефьев. Науковий часопис Нац. пед.-ун-ту імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фіз.культури / Фізична культура і спорт /» За ред. Г. М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. – Випуск 4 (29). – С.31-36.
2. Галай М.Д. Диференціація фізичних навантажень молодших школярів у процесі навчання вправ з м'ячем: автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.02 «теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / М.Д. Галай. – К., 2017. – 18 с.
3. Дьоміна Ж.Г. Особливості вивчення «школи м'яча» з навчальної програми з фізичної культури для учнів 1-4 класів / М. Д. Галай, Ж. Г. Дьоміна. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). - Випуск. 4 (29) 13. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. – С. 245-250.
4. Кротов Г. В. Диференційоване програмування розвитку рухових здібностей дівчат початкової школи з урахуванням соматотипу: автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.02 «теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Г. В. Кротов. – К., 2010. – 21 с.
5. Мішаровський Р. М. Визначення найбільш інформативних показників під час навчання спеціальних умінь учнів молодшого шкільного віку на уроках з футболу в школі / Р. М. Мішаровський // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – К., 2010. – Випуск № 6. Серія № 15 – С. 184 – 188.
6. Присяжнюк С. І. Особливості методики розвитку фізичних якостей учнів початкових класів загальноосвітньої школи [Монографія] / С. І. Присяжнюк. – К.: Видавничий центр НУБіП України, 2014. – 340 с.
7. Тимошенко О. В. Основні напрями модернізації системи фізичного виховання школярів на сучасному етапі розвитку суспільства / О. В. Тимошенко, Ж. Г. Дьоміна // Фізичне виховання в школі. – 2011 - № 6 – С.2-5.
8. Чопик Р. В. Методика навчання фізичних вправ молодших школярів у процесі занять баскетболом: автореф. дис... канд. пед. наук : спец. 13.00.02 “ Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)” / Р.В. Чопик. – К., 2010. – 22 с.

9. Шиян Б. М. Підготовка вчителя фізичної культури до третього тисячоліття / Б. М. Шиян // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Зб. наук. пр. – Рівне: Принт Хауз, 2001. – Вип. 2. – С. 371-374.

Фізичне виховання і спорт
УДК: 36.019:796.012.2

Zh. Dyomina
PhD (Pedagogy), Associate Professor
Department of Theory and Methodology of Physical Education
M. P. Drahomanov National Pedagogical University
Kyiv, Ukraine

CURRENT ISSUES OF PROFILE TEACHING OF PHYSICAL CULTURE AT SENIOR SCHOOL IN THE CONTEXT OF CONTINUITY AND SUCCESSION EDUCATION

Abstract. *The article describes the current trends in the European and world educational space, which led to a rethinking of the main goal and the corresponding tasks of education, outlining the effective ways of its qualitative improvement, adequate to the present historical epoch.*

Key words: *profile education, physical culture, education, modern tendencies, senior school.*

Дьоміна Ж. Г.
канд. пед. наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
НПУ імені М. П. Драгоманова
Київ, Україна

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПРОФІЛЬНОГО НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СТАРШІЙ ШКОЛИ У КОНТЕКСТІ НЕПЕРЕРВНОСТІ ТА НАСТУПНОСТІ ОСВІТИ

Анотація. *У статті висвітлюються сучасні тенденції європейського та світового освітнього простору, що призвели до переосмислення головної мети та відповідних завдань освіти, ефективні шляхи її якісного вдосконалення, адекватні нинішній історичній епосі.*

Ключові слова: *профільна освіта, фізична культура, освіта, сучасні тенденції, старша школа.*

The effective functioning of continuous education depends on the optimality of its structure and content, coherence and continuity of its degrees [6]. Therefore, it is important to ensure the quality of pre-professional preparation of senior pupils for studying at higher educational institutions through a system of specialized education.

Due to the problem of preserving the health of the population of the country, as well as the stability of the labor market needs in highly qualified specialists in physical education and sports, physical education in the elementary school has an important social significance.

The objective discrepancy between the preparation of graduates of general education institutions from the subject «Physical Culture» and the introductory requirements for university entrants in the relevant field requires careful study of the controversy in the «school – higher educational institution» line and the