

dynamics]. *Visnyk Natsional'noho universytetu Chernihivs'kyu kolegium im. T.H. Shevchenka. Seriya Pedagogichni nauky*, 7(163), 81-86.

2. Zakon Ukrainy «Pro osvitu» [Law of Ukraine "On Education"]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

3. Nakaz №64/2022 «Pro vvedennya voiennoho stanu v Ukraini» [Order №64/2022 "On the introduction of martial law in Ukraine"]. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022#Text>

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).04

УДК 373

Арефьев В.Г.

доктор педагогічних наук, професор,

завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ORCID: 0000-0002-1531-8331

Михайлова Н.Д.

старший викладач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ здоров'язберігаючої освіти та фізичного виховання

Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ

ORCID: 0000-0003-0797-5137

Саламаха О.Е.

старший викладач кафедри технології оздоровлення та спорту

Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сикорського», м. Київ

ORCID: 0000-0002-4798-9800

СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті наведено теоретичні і методичні відомості з питань проблем диференційованого фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл. Використано **комплекс методів**: узагальнення спеціальної літератури, інформаційних джерел та матеріалів інтернет. Надано науково-предметний аналіз сучасної методики викладання уроків фізичної культури, що й було метою роботи. Дослідження фахової літератури та практичного досвіду свідчать про причини неефективності її функціонування, а саме: орієнтація класно-урочної системи на усереднений статевовіковий стандарт, ігнорування індивідуально-типологічних відмінностей між учнями; переважання інформаційно-пізнавальних і фізкультурно-рекреаційних цілей над розвивально-оздоровчими; наявність великої кількості методик диференціації учнів на однорідні групи, що гальмує процес ефективної диференціації фізичних навантажень; відсутність раціональних параметрів фізичних навантажень різної спрямованості з урахуванням морфо-функціональних можливостей учнів; відсутність обґрунтованої системи оцінювання фізичної підготовленості відповідно до рівня фізичного здоров'я учнів; відсутність алгоритму побудови розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури згідно з вимогами теорії і методики фізичного виховання та фізіологічними механізмами адаптації організму впродовж навчального року.

Ключові слова: фізичне виховання, учні, диференціація.

Arefiev V., Mykhailova N., Salamakha O. State and prospects of the differentiation of physical education classes for school students. The article provides theoretical and methodological information on the issues of differentiated physical education of general education school students. A set of **methods** was used: generalization of special literature, information sources, and Internet materials. The aim of the study was a scientific and subject analysis of modern methodology for teaching physical education classes. The study of special literature and practical experience indicated the reasons for its ineffective functioning, namely: the focus of the classroom-lesson system on the average sex-age-related standard and ignoring of individual-typological differences among students; the predominance of informational cognitive and physical education recreational objectives over developmental and recreational ones; the existence of a large number of methods for students differentiation into homogeneous groups, which impede the process of effective differentiation of physical exercises; the absence of rational parameters for different types of physical exercise, which take into account the morphofunctional capabilities of students; lack of a justified system for assessing physical preparedness according to the students' level of physical health; the absence of an algorithm for programming developmental and health-enhancing physical education classes in accordance with the requirements of the theory and methodology of physical education and the physiological mechanisms of body adaptation during the school year.

Keywords: physical education, school students, differentiation.

Постановка проблеми та аналіз останніх публікацій. В умовах демократизації суспільства, розбудови незалежної держави, відродження духовності, національної культури

необхідним є розвиток інноваційних процесів у загальноосвітній школі. У цьому зв'язку актуальною є проблема дослідження ефективності сучасного дидактичного процесу, зокрема, в межах диференційованого навчання.

Предметно-теоретичний аналіз цього явища слід розпочати з його визначення. Під диференційованим підходом у фізкультурній освіті розуміємо цілеспрямоване фізичне формування учнів через реалізацію їхніх індивідуальних морфофункціональних здатностей. На думку вітчизняних учених, що досліджують питання фізкультурної освіти, диференційований підхід передбачає врахування не тільки статевовікових закономірностей розвитку організму, а й індивідуальних можливостей, однорідних за морфофункціональним станом груп [1].

Мету диференційованого навчання необхідно розглядати з різних позицій. Із соціальної позиції це – цілеспрямований вплив на формування творчого, інтелектуального, професійного потенціалу суспільства. З дидактичної – вирішення проблем сучасної школи шляхом створення нової методичної системи, що ґрунтується на принципово новій мотиваційній основі. З психолого-педагогічної позиції – це індивідуалізація навчання, яка базується на створенні оптимальних умов для виявлення задатків, розвитку інтересів і здібностей кожного учня.

Ряд авторів розглядають диференційований підхід як своєрідний профілактичний засіб, що запобігає відставанню в навчанні [2, 3]. В цих роботах пропонується враховувати фактор або комплекс факторів, які визначають успішність (проблеми в знаннях, негативне ставлення до навчання, дефекти мислення і в навичках навчальної роботи, знижена працездатність тощо).

Розглядаючи диференційований підхід як засіб підвищення ефективності навчально-виховного процесу, деякі автори виділяють різні аспекти цієї проблеми. В одних роботах диференційований підхід розглядається як основний засіб оптимізації навчального процесу. На виховні можливості диференційованого навчання вказують інші вчені. Зокрема, досліджено, що за допомогою такого навчання можна формувати адекватну самооцінку, інтерес до професії, моральні взаємостосунки.

При диференційованій організації навчальної діяльності, з одного боку, враховується рівень розумового розвитку, психологічні особливості учнів, абстрактно-логічний тип мислення, з іншого – індивідуальні запити особистості, її можливості та інтереси в конкретній навчальній діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження та його обговорення. В сучасній педагогіці диференціація навчання – це дидактичний принцип, згідно з яким для підвищення ефективності створюється комплекс дидактичних умов, що враховує типологічні (індивідуальні) особливості учнів (їхні інтереси, здібності до навчання, працездатність тощо), відповідно до яких відбирають і диференціюють цілі, зміст освіти, форми й методи навчання.

У нашій країні існують школи, де учні, що мають неоднакові здібності, відвідують різні класи: одні призначені для обдарованих дітей, інші – для учнів із середніми здібностями, є також класи корекційні (для учнів із труднощами в навчанні й затримками в розвитку). Проте, практика диференційованого навчання показує, що диференціація учнів на здібних, середніх і слабих із наступним тривалим перебуванням у різних за змістом і методами навчання класах має не лише плюси, але й істотні мінуси. Відсутність у класі «зірок» позбавляє решту учнів зразків, на які слід рівнятися. В. Г. Ареф'єв [5] вважає, що внутрішня диференціація найбільш прийнятна в середній школі, де є можливим розподіл учнів на групи всередині класу з метою здійснення навчальної роботи з ними на різних рівнях і різними методами.

М. В. Антропова [4] для підвищення результативності навчальних занять головним вважає індивідуально-диференційоване навчання для всіх учнів з урахуванням стану їхнього здоров'я й типу рухових та навчальних дій. Висока якість засвоєння знань в умовах індивідуально-диференційованого навчання, на думку М. В. Антропової, досягається з меншими втратами в стані здоров'я підлітків, ніж за інших систем навчання.

Навчання розвиває учнів перш за все своїм змістом. Однак, зміст навчання по-різному засвоюється учнями і впливає на їхній розвиток залежно від метода навчання. На перший погляд, загальноосвітня система, надаючи всім однакові часові й змістові умови, здається справедливою й демократичною, на справді неминуче призводить до ситуації, про яку писав ще П. П. Блонський [цит. за 5]: «Розвинені забивають нерозвинених, учителів важко працювати в такій розмаїтій групі, він мимоволі пред'являє до слабих більш високі вимоги. Ставити слабого в одні умови з сильним, означає створювати нерівність».

Дослідники з проблем гігієни й фізичного виховання запропонували враховувати в процесі фізичного виховання індивідуальні відмінності дітей у фізичному розвитку, співвідносити стан здоров'я й фізичного розвитку з характером і нормуванням фізичного навантаження.

В. В. Рудін [цит. за 1], підкреслюючи значення індивідуального підходу до тих, хто займається, пропонував покласти в основу системи фізичного виховання «... не вік, а індивідуальну тілобудову дітей». Розділивши учнів у своїй «Школі правильного фізичного виховання» на чотири антропометричні групи («добре розвинених», «середньо розвинених», «слабогрудих»,

«слабосильних»), В. В. Рудін склав для кожної з них спеціальну програму фізичних вправ з урахуванням виявлених відхилень у фізичному розвитку.

Прогресивні ідеї педагогічної науки, висунуті наприкінці XIX – початку XX ст. отримали апробацію та реалізацію. Багато що з цієї спадщини залишається актуальним і значущим і в наш час. На початку 80-х рр. минулого століття була спроба створити в школах Прибалтики гомогенні класи, відбір до яких здійснювався з урахуванням рівня фізичної підготовленості й фізичного розвитку учнів. На кінець навчального року успішність у них виявилась вищою за середні показники.

В 1992 р. у Ризі на базі середньої загальноосвітньої школи, ясел-садка й кафедри педагогіки початкового навчання педагогічного університету було створено навчально-виховний комплекс. На основі медико-психологічного обстеження дітей старшої групи дитячого садка було поділено на три підгрупи: діти з високим рівнем загального розвитку, діти з нормальним рівнем розвитку, діти з рівнем розвитку нижче норми.

Клас 1-го рівня навчався за інтенсивною програмою, 2-го – за звичайною, 3-го – за корекційними програмами й методиками. Розумно організоване диференційне навчання дозволило викладачам максимально сприяти розвитку особистості кожного учня за допомогою відповідних освітніх програм, форм і методів роботи. Клас 1-го рівня передбачав розширене вивчення програмного матеріалу, який школярі засвоювали достатньо швидко, вільно застосовуючи знання в нестандартних умовах.

Ряд авторів пропонує створювати на уроках тимчасові відділення, відбираючи до них учнів з урахуванням ступеня опанування ними руховою навичкою. Кожне відділення отримує певне завдання певної складності. Після засвоєння рухової навички планується перехід учнів до іншого відділення для виконання більш складного завдання. В такий спосіб здійснюється постійне зростання фізичної підготовленості й формування рухових навичок індивідуально для кожного на різних етапах навчання. Окремо взятий учень може проходити стадію підготовки до засвоєння рухової навички в той час, як інший в другому відділенні вже вдосконалює цю навичку.

Деякі автори комплектують групи за принципом однотипних помилок. Це дозволяє пришвидшити засвоєння навчального матеріалу більш підготовленими учнями, що підсилює їхній інтерес до уроку й полегшує навчання менш підготовлених, оскільки вчитель має можливість приділити їм більшу увагу. Певна частина авторів розподіляє учнів на групи, оцінюючи рівень підготовленості кожного з них на основі результатів тестування рухових якостей.

Індивідуальна технічна підготовленість тих, хто навчається, визначається руховим досвідом. Навченість вища в тих, хто має більший досвід. Учні з таким досвідом часто здатні відтворити нову дію одразу після її показу, ті ж, у кого досвід невеликий, засвоюють дію, як правило, по частинах. М. М. Боген описує досвід роботи Є. М. Чумакова, який пропонує знайомити всю групу учнів з виучуваною дією в її натуральному варіанті. Ті, хто здатен відтворити її, вивчають дію в цілому, решта засвоює по елементах, об'єднавшись у групи за ознакою елемента, що не піддався.

Наступний напрям полягає в підходах до диференційованого навантаження для груп учнів різної підготовленості. Ефективність підвищення фізичної підготовленості учнів багато в чому визначена величиною фізичних навантажень, застосованих на уроках. Величина навантаження на уроці передусім залежить від об'єму та інтенсивності використовуваних фізичних вправ. М. І. Волков та В. М. Заціорський ще в 1964 році запропонували для контролю за фізичним навантаженням вправ оцінювати значення компонентів навантаження: тривалість виконання вправ, їхню інтенсивність, тривалість інтервалів і характер відпочинку, кількість повторів.

Якщо учням дається однакове для всіх фізичне навантаження, то для деякого воно виявляється оптимальним, для деякого – недостатнім, а для деякого – надто великим. В результаті цього перші працюють з гарним тренувальним ефектом, другі – лише в підтримувальному режимі, а треті реагують на навантаження зниженням результатів. Тому вчитель І. І. Петренко пропонує ретельніше слідкувати за індивідуальними реакціями кожного школяра на фізичне навантаження, варіюючи його залежно від фізичної підготовленості [6].

Т. А. Малечко [7] також під час проходження однакового для всього класу програмного матеріалу рекомендує дещо змінювати й уточнювати завдання, адаптуючи їх до особливостей певних груп учнів. Надто важливим, на думку автора, є диференційований підхід до школярів, що за станом здоров'я належать до медичної групи, а також до тих, хто пропускав уроки через хворобу.

Фізичне виховання строго базується на принципах послідовності, поступовості й доступності. Багато уваги вчителі приділяють учням з низьким рівнем фізичного розвитку.

Існують різні форми організації роботи з учнями, що погано встигають. Є вчителі, які проводять з ними регулярні заняття в групі загальної фізичної підготовки, або такі, що проводять індивідуальні заняття, плануючи для цього на рік завдання й об'єми фізичних навантажень. Є такі, що на основі результатів тестування фізичної підготовленості учнів ведуть індивідуальні щоденники на кожного учня, куди вносять усі результати тестування. Крім результатів тестування, вчитель записує до щоденника й ті нормативи, які кожен мусить виконати в майбутньому.

Деякі вчителі пропонують закріплювати за слабкими й середніми учнями сильних однокласників з високим рівнем фізичної підготовленості. Завдяки цьому слабкі підтягуються до рівня середніх, а середні поступово досягають рівня сильних.

Для того, щоб школяр відчув відповідальність за навчання, пропонують частіше давати йому посилені завдання, виконання яких дозволить робити самооцінку отриманих результатів і відчувати просування в навчанні. Учні зі слабкими здібностями дуже потребують створення ситуації успіху. Школярі із середніми здібностями також потребують постійного стимулювання навчальних дій. Тому вчителю необхідно в роботі частіше використовувати методи заохочення.

Ураховуючи рівень фізичного розвитку й рухової підготовленості, вчителі розробляють навчальні картки, за допомогою яких увагу кожного учня акцентують на конкретній, необхідній для досягнення ним цілі рухової діяльності. Такі навчальні картки дають змогу кожному учневі виконувати (обирати самостійно) конкретні навчальні завдання, необхідні й доступні саме для нього.

Наприклад, вчитель Л. М. Крилова [8] пропонувала ввести до навчального процесу такі картки:

- а) картки-завдання зі спеціальними вправами на розвиток певних рухових якостей;
- б) картки-інформації щодо вивчення техніки вправ;
- в) картки-методички загальноорозвивальних вправ;
- г) картки-варіанти рухливих ігор.

Є. Н. Литвинов з метою успішного оволодіння учнями з різною підготовленістю руховими вміннями також диференціює завдання за допомогою навчальних карток, до яких записує вправи на даний урок або серію уроків. Більш підготовлені учні виконують вправи в цілому, менш підготовлені – прості елементи.

У змісті навчальних карток для підготовлених учнів О. В. Д'яченко [9] пропонує давати лише графічне зображення, без тексту, лише вказавши максимальну кількість повторень. Сильні учні, об'єднані в одну групу, виконують свої завдання. В картці для менш підготовлених під рисунком детально описується вправа та його дозування. Так, за допомогою навчальної картки кожен учень, на думку автора, може самостійно вибрати для себе доступний варіант виконання поставленого рухового завдання. Вся робота спрямована на досягнення конкретного результату – підвищення рівня фізичної підготовленості учнів, їхніх знань, умінь та навичок з фізичної культури.

Введення стандартів, єдиних механізмів вимірювання результатів гостро ставить проблему оцінювання. Сьогодні нас не задовольняє традиційний підхід до оцінки, заснований на принципі «віднімання». Оцінка має відображати персональний розвиток учня, досконалість його навчальних успіхів.

Багато вчителів фізичної культури у своїй роботі віддають пріоритет індивідуалізації контролю рівня фізичної підготовленості. Найбільш об'єктивним способом оцінки успішності учнів, вважає М. Г. Каменцер, буде оцінка за якість виконання домашнього завдання та за показники зсувів у фізичній підготовленості в тестах.

Практика показала, що, організовуючи роботу за системою тестування, необхідно дотримуватися певних правил:

- а) не слід оцінювати результати виконання тестів при їх виконанні вперше. Спочатку вони повинні бути відправним орієнтиром;
- б) контрольні прикидки за тестами раціонально проводити в кінці кожної чверті, аби підтримати в учнів інтерес до занять і мати час для корекції використовуваного матеріалу, не очікуючи кінця навчального року;
- в) контрольні прикидки не повинні мати змагальний характер. Показники одного учня не можна порівнювати з показниками іншого.

Єдине, що можна порівнювати, це – інтенсивність зростання показників кожного учня відносно його самого. Такого саме способу оцінки успішності учнів дотримується М. І. Сасенко [10]. Він вважає, що слід оцінювати тих, хто навчається, не за досягненнями й показниками, а за зрушеннями у фізичній підготовленості.

Оцінювати від досягнутого до досяжного пропонує вчитель М. В. Хрипушин [11]. Підхід до фізичної підготовленості учнів з позиції усереднених показників не відповідає загальній концепції педагогіки щодо диференційованого підходу до навчання й виховання. Тому відмінність між спланованими результатами контрольних вправ залишається такою самою, як у навчальній програмі, проте самі результати відповідають рівню підготовленості кожного учня.

Висновки. Тож, проведений аналіз дозволяє виділити п'ять аспектів при побудові системи диференційованої освіти:

- 1) особливості розподілу учнів на групи різної підготовленості;
- 2) підходи до диференціації навантаження для груп учнів різної підготовленості;
- 3) вибір учителем форм організації учнів на уроці в умовах диференціації;
- 4) диференціація та індивідуалізація завдань за допомогою навчальних карток;
- 5) пошук ефективних способів контролю й оцінювання діяльності школярів.

Список використаних джерел

1. Арефьев В. Г. Основы теории та методики фізичного виховання : підручник. К. : Міленіум, 2023. 376 с.
2. Медведева І. М., Нестерова Т. І., Боліла М. О. Вивчення фізичного стану та фізичної підготовленості студентів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2022. Вип. 3К(147)22. С. 269-274.
3. Васильчук Г. В., Редькіна М. А., Малечко Т. А. Сучасні підходи до формування культури рухів в учениць основної школи з порушеннями постави. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2022. Вип. 3К(147)22. С. 71-74
4. Антропова М. В. Индивидуально-дифференцированное обучение в гимназии. *Педагогика*. 1996. № 5. С. 19-24.
5. Арефьев В. Г. Дифференціація розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів основної школи. Теорія і практика : монографія. К. : Центр учбової літератури. 2014. 197 с.
6. Петренко І. І. Методическая неделя. *Физ. культура в школе*. 1991. № 6. С. 20-21.
7. Малечко Т. А., Мордвинова Д. М. Індивідуально-типологічні особливості фізичного розвитку учнів-підлітків спеціальної медичної групи. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2020. Вип. 3К(123)20. С. 259-262
8. Арефьев В. Г., Качеров О. Б., Короп М. Ю., Михайлова Н. Д. Фізична культура : підруч. для 6-х кл. загальноосвіт. нав. закл. К. : Просвіта, 2009. 208 с.
9. Дьяченко О. В. Для оптимизации содержания обучения. *Физкультура в школе*. 1983. № 2. С. 19-22.
10. Арефьев В. Г., Качеров О. Б., Короп М. Ю., Михайлова Н. Д. Фізична культура : підруч. для 9-х кл. загальноосвіт. нав. закл. К. : Просвіта, 2009. 208 с.
11. Хрипушин Н. В. Оценивать от достигнутого к достижимому. *Физ. культура в школе*. 1989. № 4. С. 33.

References

1. Arefev V. G. (2023). Osnovi teorii ta metodiki fizichnogo vihovannya : pidruchnik. Kyiv, Milenium, Ukraine.
2. Medvedeva I. M., Nesterova T. I., Bolila M. O. (2022). Vivchennya fizichnogo stanu ta fizichnoyi pidgotovlenosti studentiv. *Naukoviy chasopis NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya 15: Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kulturi*, 3K(147)22, 269-274.
3. Vasilchuk G. V., Redkina M. A., Malechko T. A. (2022). Suchasni pidhodi do formuvannya kulturi ruhiv v uchenits osnovnoyi shkoli z porushennyami postavi. *Naukoviy chasopis NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya 15: Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kulturi*, 3K(147)22, 71-74.
4. Antropova M. V. (1996). Individualno-differentsirovanne obuchenie v gimnazii. *Pedagogika*, 5, 19-24.
5. Arefev V. G. (2014) Diferentsiatsiya rozvivalno-ozdorovchih zanyat z fizichnoyi kulturi uchniv osnovnoyi shkoli. Teoriya i praktika : monografiya. Kyiv, Tsentru uchbovoyi literature, Ukraine.
6. Petrenko I. I. (1991). Metodicheskaya nedelya. *Fiz. kultura v shkole*, 6, 20-21.
7. Malechko T. A., Mordvinova D. M. (2020). Individualno-tipologichni osoblivosti fizichnogo rozvitku uchniv-pidlitkiv spetsialnoyi medichnoyi grupi. *Naukoviy chasopis NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya 15: Naukovo-pedagogichni problemi fizichnoyi kulturi*. Vip. 3K(123)20. P.259-262, (in Ukrainian)
8. Arefev V. G., Kacherov O. B., Korop M. Yu., Mihaylova N. D. (2009). Fizichna kultura : pidruch. dlya 6-h kl. zagalnoosvit. nav. zakl. Kyiv, Prosvita, Ukraine.
9. Dyachenko O. V. (1983). Dlya optimizatsii sodержaniya obucheniya. *Fizkultura v shkole*, 2, 19-22.
10. Arefev V. G., Kacherov O. B., Korop M. Yu., Mihaylova N. D. (2009). Fizichna kultura : pidruch. dlya 9-h kl. zagalnoosvit. nav. zakl., Kyiv, Prosvita, Ukraine.
11. Hripushin N. V. (1989). Otsenivat ot dostignutogo k dostizhimomu. *Fiz. kultura v shkole*, 4, 33.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).05

УДК:378.147:796.323

Арефьева Л.П.

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри футболу
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0009-0001-5633-9156

Плющак О.В.

старший викладач кафедри олімпійського та професійного спорту
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: 0000-0003-4144-118X

**ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ
НА ЗАНЯТТЯХ З БАСКЕТБОЛУ**