

МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ЗНАНЬ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Цьось Анатолій², Дмитрук Віталій¹, Розтока Андрій², Дикий Олег³, Федецький Артем²

1. Луцький національний технічний університет

2. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

3. Волинський інститут післядипломної педагогічної освіти

Анотації:

У статті подано методику формування спеціальних знань учнів початкових класів під час занять фізичною культурою як цілеспрямований і структурований процес, спрямований на засвоєння відомостей, понять, уявлень про сутність і складники здоров'я, методики його виховання на основі інтеграції пізнавальної та рухової діяльностей. Виявлено стан і динаміку фізичної підготовленості дітей, захворюваності впродовж навчального року та рівень інтересу до виконання фізичних вправ.

THE TECHNIQUE OF FORMATION OF SPECIAL KNOWLEDGE OF STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION

Ts'os' Anatoliy, Dmytruk Vitaliy, , Roztoka Andriy, Dykyu Oleh, Fedets'kyu Artem The special knowledge methods formation of the primary school pupils during the physical education lessons as a deliberated and structured process aimed at assimilation of information, concepts, ideas about the substance and determinants of health, methods of education based on the integration of cognitive and motor operations were considered in the article. The state and dynamic of physical preparedness of children, the diseases during the academic year and the level of interest in physical exercises were identified.

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Цьось Анатолій, Віталій Дмитрук, Розтока Андрей, Олег Дикий, Федецький Артем В статье представлена методика формирования специальных знаний учащихся начальных классов во время занятий физической культурой как целенаправленный и структурированный процесс, направленный на усвоение сведений, понятий, представлений о сущности и составляющие здоровья, методики его воспитания на основе интеграции познавательной и двигательной деятельности. Выведено состояние и динамику физической подготовленности детей, заболеваемости в течение учебного года и уровень интереса к выполнению физических упражнений.

Ключові слова:

спеціальні знання, фізична культура, учні початкових класів, рухова діяльність, методика.

special knowledge, physical education, primary school pupils, physical activity, methodology.

специальные знания, физическая культура, ученики начальных

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями дослідження. Відомо, що здоров'я людини формується в дитячому віці під впливом генетичних, соціально-економічних й екологічних чинників і на 51 % залежить від способу життя [1; 3; 6; 14]. Тому виховання уважного ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, формування здорового способу життя, самовдосконалення фізичних, психічних і розумових здібностей є безпосереднім завданням загальноосвітніх навчальних закладів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові роботи [2; 4; 7; 9; 12] розкривають методологічні, теоретичні, методичні й практичні основи здоров'я, рухової активності та фізичного виховання учнів. У працях висвітлено світоглядні, програмно-нормативні засади фізичного виховання, технології навчання руховій діяльності, зміст фізкультурно-оздоровчих та спортивних занять [4; 5; 8; 10; 13].

Важливий і невід'ємний складник фізичного виховання учнів – формування спеціальних знань, що дають змогу розвивати дбайливе ставлення до здоров'я як умови реалізації духовного й фізичного потенціалу, застосовувати засоби збереження та відновлення здоров'я з використанням природних оздоровчих методів і технологій, запобігати інфекційним, соматичним та психічним захворюванням, а також набути навичок безпечної життєдіяльності [2; 6; 8; 11].

Наявні підходи не завжди беруть до уваги психофізіологічні особливості розвитку та інтереси дітей. Тому пошук сучасних підходів до формування спеціальних знань є необхідним компонентом системи шкільної освіти, яка значною мірою впливає на інтерес та мотивацію дітей до занять фізичною культурою.

Формулювання мети статті – теоретично обґрунтувати методику формування спеціальних знань учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Дослідно-експериментальну роботу здійснювали на базі загальноосвітніх навчальних закладів № 1, 11, 18, 26 м. Луцька. На етапах дослідно-пошукової роботи в експерименті взяло участь 638 дітей віком 8–10 років.

Результати дослідження та їх обговорення. Результати аналізу медичних карток учнів молодшого шкільного віку дозволяють констатувати наявність проблем у стані їхнього здоров'я. Кожен учень протягом навчального року, в середньому, 2–3 рази хворів і пропустив 10–15 днів навчання в школі (залежно від віку і статі). Найчастіше учні хворіють на вірусні респіраторні захворювання (43–51 випадок на 100 обстежених), захворювання органів травлення (10–18 випадків), зору (3–15 випадків) і видільної системи (5–12 випадків), травми (10–20 випадків) та інфекційні захворювання (7–14 випадків).

Результати педагогічного тестування засвідчили, що для дітей молодшого шкільного віку характерний низький і середній рівень фізичної підготовленості відповідно до вимог шкільної програми. Загалом виявлена закономірність поступового, але непрямої лінійного зростання результатів. Найбільш інтенсивні періоди розвитку фізичних якостей дітей 8–10 років простежуються за показниками сили, спритності, гнучкості, швидкісно-силовими якостями.

Рівень інтересу до фізичної культури й спорту в учнів початкових класів досить високий. Проте з віком у школярів простежується тенденція зниження інтересу до рухової

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

активності. Такий стан зумовлений такими негативними соціальними й організаційно-педагогічними чинниками: відсутність спортивної бази та потрібних секцій, поганий стан здоров'я, в тому після уроків.

Для оцінки рівня сформованості в учнів спеціальних знань проводили усне опитування за темами, передбаченими шкільною програмою з фізичної культури. Результати опитування молодших школярів свідчать про низький рівень теоретичної підготовленості (табл. 1).

Таблиця 1

Стан теоретичної підготовленості учнів початкових класів, бали ($\bar{X} \pm S\bar{x}$)

Стать	Вік, років		
	8	9	10
Хлопчики	4,89 ± 0,06	6,23 ± 0,05	5,36 ± 0,07
Дівчатка	5,67 ± 0,07	6,41 ± 0,06	5,98 ± 0,05

Обсяг і якість програмних знань обмежується, як правило, загальними знаннями довідкового характеру. Такі важливі розділи знань, як правильне дихання під час виконання фізичних прав, оздоровчий вплив фізичних навантажень на організм людини, вплив рухової активності на формування правильної постави демонструють низький рівень освіченості учнів.

Отже, отримані результати вказують на гостру потребу формування спеціальних знань школярів та умінь їх використовувати в практичній діяльності.

Дослідження засвідчило, що формування спеціальних знань учнів – невід'ємна частина фізичного виховання, цілеспрямований і структурований процес, спрямований на засвоєння відомостей про збереження і зміцнення здоров'я засобами природних оздоровчих методик. Беручи до уваги результати аналізу наукових джерел, практики роботи загальноосвітніх навчальних закладів та зважаючи на позиції системного підходу як методологічної основи дослідження, розроблено методiku формування спеціальних знань учнів, в основі якої лежить взаємозв'язок компонентів навчального процесу за дотримання визначеної мети, завдань, засобів, методів і форм навчання (рис. 1).

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

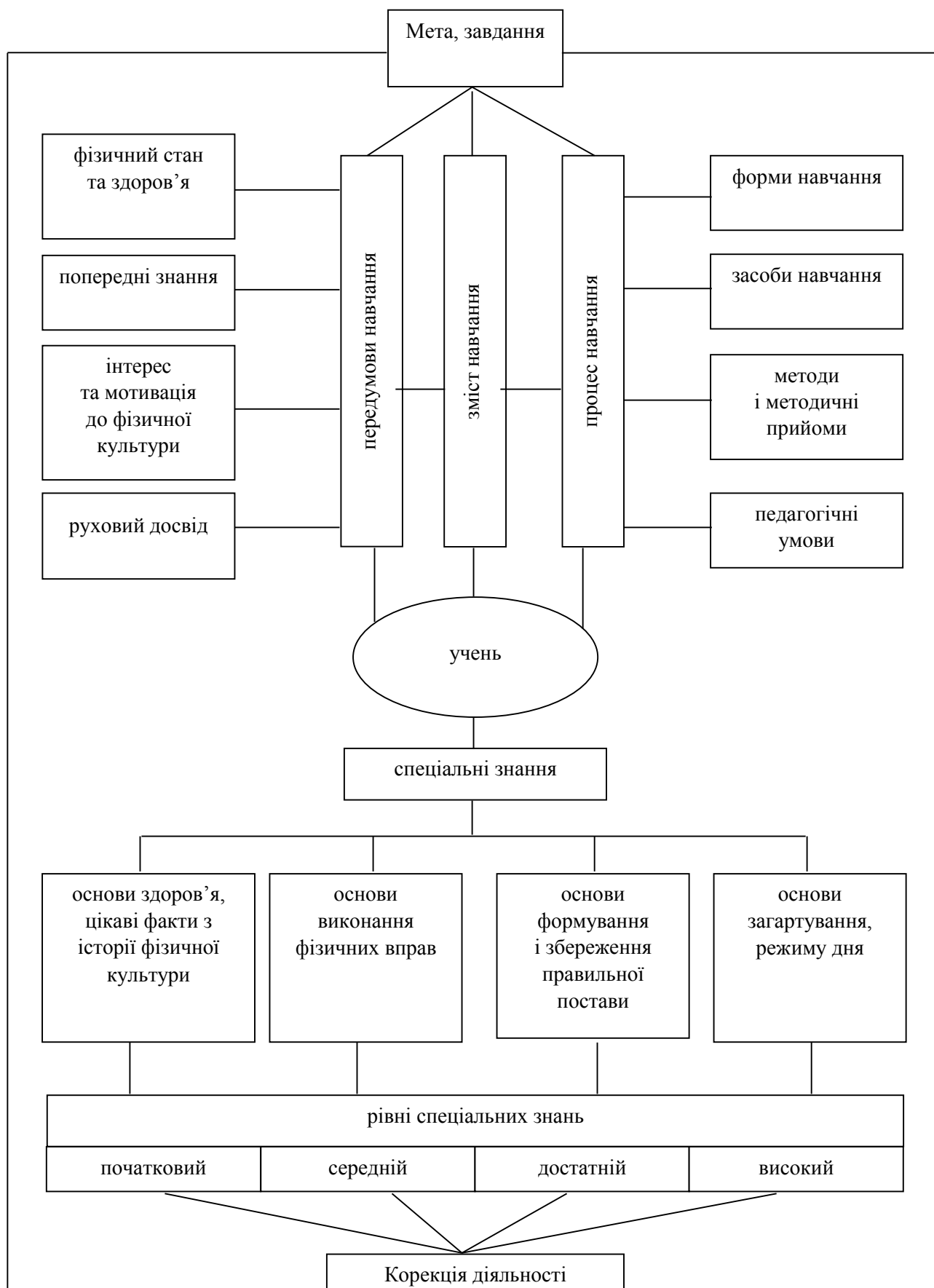


Рис. 1. Структура методики формування спеціальних знань

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Мета формування спеціальних знань учнів молодших класів передбачає створення системи уявлень про сутність і складники здоров'я, значення фізичних вправ для організму людини та правила їх виконання, основи загартування і режиму дня. Залежно від змісту навчального матеріалу й етапу навчання, вікових особливостей і рівня навчальних досягнень учнів мета конкретизується завданнями. Формування спеціальних знань школярів здійснюється відповідно до принципів свідомості й активності, доступності, індивідуалізації, систематичності, послідовності, наочності, міцності й прогресування.

Результативність засвоєння знань та вмінь у процесі фізичного виховання учнів залежить від певних передумов, зокрема спортивно-оздоровчої мотивації, стану фізичної підготовленості, рівня попередніх знань, рухового досвіду. Зміст навчання подано у Державному стандарті загальної середньої освіти та Державній програмі з фізичної культури і визначається системою наукових знань та вмінь, засвоєння яких закладає основи для розвитку і формування особистості. Відповідно до вимог програми учні мають засвоїти відомості щодо окремих цікавих фактів історії фізичної культури, раціонального рухового режиму, основ позитивного впливу фізичних вправ на організм людини, особистої гігієни, загартування.

Процес навчання як сукупність послідовних і взаємопов'язаних дій учнів і вчителя спрямовувався на забезпечення свідомого засвоєння спеціальних знань, формування вмінь використовувати їх у практичній діяльності шляхом розвитку творчої активності школярів, освітньої діяльності, яка інтегрує пізнання, спілкування і рухову активність.

Розробка методики формування спеціальних знань учнів ґрунтувалася на дидактичній моделі «навчання у русі», розробленій О. Д. Дубогай [7; 8]. Основу моделі становить комплекс методичних підходів, які під час проведення уроків у початкових класах підпорядковані загальній меті оздоровчо-виховної освіти дітей, що реалізується послідовно, у динаміці розкриття змісту навчального матеріалу з опорою як на взаємозв'язок «учитель-учням», так і «учні-вчителю», що загалом впливає на ефективність запам'ятовування дітьми нового навчального матеріалу. Контроль за навчально-пізнавальною діяльністю учнів здійснювався із використанням «Щоденника здоров'я» (О. Д. Дубогай).

Формування спеціальних знань школярів здійснювали за допомогою системи специфічних засобів: використання художніх творів (віршів, оповідань, казок) та фольклорних матеріалів (загадок, прислів'їв, лічилок, билин) на спортивну тематику; використання образної мови; народні, сюжетні та рухливі ігри; розгадування спортивних кросвордів; ігри, естафети і змагання з елементами інтелектуальних завдань. Зазначені засоби реалізовували за допомогою трьох груп методів навчання: методи організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності (бесіди, пояснення, розповідь), методи стимулювання і мотивування навчально-пізнавальної діяльності (стимулювання навчальної діяльності, заохочення, зауваження, уточнення, пізнавальна гра), методи контролю і самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності (запитання, опитування, нагадування, оцінка). Формування спеціальних знань учнів здійснювали на уроках фізичної культури, на уроках з інших предметів, фізкультурних хвилинках, фізкультурних паузах, під час виконання домашніх завдань.

Методика теоретичної підготовки забезпечувала повноцінність засвоєння знань без шкоди для рухової активності учнів. Це досягали шляхом поєднання теоретичного матеріалу зі змістом практичної діяльності, що робило знання особливо значущими для учнів. Наприклад, техніка рухових дій, оздоровчий вплив фізичних навантажень на організм людини повідомляли під час виконання фізичних вправ або під час виправлення типових та індивідуальних помилок. Окремі теоретичні відомості (наприклад, цікаві факти з історії фізичної культури, відомості щодо режиму дня чи загартування) подавали у вигляді коротких повідомлень (3–5 хв) протягом уроку фізичної культури.

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Методика повідомлень теоретичного матеріалу передбачала реалізацію міжпредметних зв'язків. Це дозволяло учням краще розуміти причинно-наслідкову залежність між окремими компонентами рухових дій, їх вплив на фізичну, пізнавальну та емоційну складові частини діяльності організму дітей. Зокрема, під час проведення рухливих ігор чи естафет з елементами математичних рішень або мови у школярів здійснюється тісний зв'язок між слуховим сприйняттям, мовною і руховою діяльністю. Під час виконання дихальних вправ рекомендували голосно рахувати. На уроках читання, математики, української та іноземної мов учням пропонували завдання для запам'ятовування літер і цифр за допомогою певних рухів окремими частинами тіла, ігри на розпізнання частин мови або складання певних рухів відповідно до отриманих арифметичних дій.

Для перевірки ефективності розробленої методики формування спеціальних знань учнів початкових класів проводився формувальний педагогічний експеримент. Зміст педагогічного експерименту полягав у тому, що в процесі навчально-виховної діяльності дітей широко використовували розроблену методику формування спеціальних знань.

Результати формувального педагогічного експерименту свідчать, що учні експериментальної групи мають вірогідно вищі ($P < 0,001$) показники сформованості спеціальних знань. Кращі оцінки учні мають із тем, що характеризують руховий режим школяра, його вплив на формування постави, основні правила загартування. Дівчатка мають дещо кращий рівень знань, ніж хлопчики. Виконання завдань засвідчило, що учні експериментальної групи мали ґрунтовніші знання, встановлювали міжпредметні та причинно-наслідкові зв'язки, узагальнювали їх, старанніше й активніше відповідали на запитання.

Реалізація в навчально-виховному процесі загальноосвітньої школи розробленої методики сприяло формуванню в учнів інтересу до занять фізичними вправами. Більшість школярів експериментальної групи мають високий та вище середнього рівні інтересу до фізичного виховання й спорту, натомість у контрольній групі їх значно менше.

Отже, запропонована методика створює комфортні умови для навчання, передбачає чергування інтелектуальної та рухової видів діяльності, що стимулює активність і мислення учнів, розвиває творчу атмосферу, сприяє розвитку рухової активності та своєчасному запобіганню втоми.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших досліджень.

1. Результати дослідження дозволили уточнити поняття «спеціальні знання» як сукупність засвоєних учнем відомостей, понять, уявлень про сутність і складники здоров'я, значення фізичних вправ для організму людини та правила їх виконання, основи загартування та режиму дня, здоровий спосіб життя, засоби й методи оздоровчого тренування, попередження шкідливих звичок.

2. Передумовами ефективного формування спеціальних знань учнів є рівень фізичної підготовленості, функціонального стану та здоров'я дітей, інтерес та мотивація до фізичної культури, стан попередньої теоретичної підготовленості, руховий досвід.

3. Результати дослідження засвідчили, що формування спеціальних знань учнів – це цілеспрямований і структурований процес, спрямований на засвоєння відомостей про збереження і зміцнення здоров'я засобами природних оздоровчих методик.

4. Апробація розробленої методики формування спеціальних знань у практиці фізичного виховання учнів показала її ефективність, що підтверджено статистично значимим ($P < 0,001$) зростанням теоретичної підготовленості школярів та підвищенням інтересу дітей до занять фізичними вправами.

Проведене дослідження не розкриває всі аспекти означеної проблеми. Подальшого вивчення потребують питання побудови алгоритмів реалізації спеціальних знань учнів у самостійній оздоровчій і спортивній діяльності.

Список використаних літературних джерел

1. Андрійчук О. Я. Аналіз стану захворюваності та поширеності хвороб кістково-м'язової системи в Україні та Волинській області / О. Я. Андрійчук, І. М. Григус // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. журн. – Х. : ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2010. – №4. – С. 3–8.
2. Белікова Н. О. Термінологія напряму підготовки «Здоров'я людини» / Н. О. Белікова, Л. П. Сущенко. – К. : ТОВ «Козарі», 2009. – 182 с.
3. Булич Е. Г., Муравов І. В. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І. В. Муравов. – К. : ІЗМН, 1997. – 224 с.
4. Вільчковський Е. С. Система фізичного виховання молодших школярів : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, М. П. Козленко, С. Ф. Цвек. – К. : ІЗМН, 1998. – 232 с.
5. Гаврилюк А. П. Організація фізичної культури учнів молодшого шкільного віку в групах продовженого дня : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. П. Гаврилюк. – Луцьк, 2010. – 20 с.
6. Горашук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук : спец. 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / В. П. Горашук. – Х., 2004. – 40 с.
7. Дубогай О. Д. Навчання в русі / О. Д. Дубогай. – К. : Шкільний світ, 2007. – 125 с.
8. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова, М. І. Горбенко. – К. : Оріяни, 2001. – 152 с.
9. Москаленко Н. В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. вихов. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. В. Москаленко. – К., 2009. – 42 с.
10. Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів: колективна монографія / [Н. О. Белікова, В. В. Захожий, С. П. Козібродський та ін.]; за наук. ред. д-ра наук з фіз. вих. А. В. Цьось. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2015. – 240 с.
11. Рода О. Б. Тенденції наукових досліджень спортсменок в аспекті статевих особливостей / О.Б. Рода, І.І. Маріонда // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козібродський. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. – № 4 (20). – С. 473–477.
12. Система фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл Польщі та України (XVI – початок XXI століття): порівняльний аналіз : монографія / Е. С. Вільчковський, Б. М. Шиян, А. В. Цьось, В. Р. Пасічник. – Луцьк : Вежа-Друк, 2016. – 240 с.
13. Цьось А. В. Співвідношення державного та шкільного компонентів у програмі із фізичної культури учнів загальноосвітніх шкіл / А. В. Цьось, І. В. Бакіко, В. С. Дмитрук // Науковий вісник Волинського національного університету ім. Лесі Українки. Серія : Педагогічні науки. – 2009. – № 21. – С. 3–8.
14. Tsos A. Influence of working out at home on the expansion of cardiovascular disease risk factors / A. Tsos, L. Sushchenko, N. Bielikova, S. Indyka // Journal of Physical Education and Sport. – 2016, Vol. 16(3), Art 159. pp. 1008–1011. DOI: 10.7752/jpes.2016.03159