

ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ПОЛЬСЬКИХ І УКРАЇНСЬКИХ ШКОЛЯРІВ

Кіндзера Анна, Боднар Іванна

Львівський державний університет фізичної культури

Херберт Ярослав

University of Rzeszów

Анотації:

У статті представлений порівняльний аналіз самооцінки ставлення до уроків фізичної культури та реальної фізичної активності школярів 5-9 класів України та Польщі. Зазначено спільні та відмінні аспекти у відношенні до фізичної активності польських та українських школярів в урочний і в позаурочний час. З цією метою проведено анкетування 256 учнів України і Польщі. Встановлено, що в Україні менша кількість школярів, які беруть активну участь в уроках фізичної культури, займаються додатково в спортивних секціях і для яких притаманне активне проведення дозвілля, ніж у Польщі. Самооцінка школярами ставлення до уроків фізичної культури однакова в обох країнах.

The article contains a comparative analysis of self-esteem to the physical education lessons and actual physical activity Ukrainian and Poland students of 5-9 grades. Described common and distinctive aspects in relation to physical activity of Polish and Ukrainian students during and after-school time. 256 Ukraine and Poland students took a part in questionnaire. Found that in Ukraine are less students who are active in physical education lesson, engaged in additional sports sections and who are more active leisure, than in Poland. Students' self-esteem to physical education lesson is the same in both countries.

В статті представлений порівняльний аналіз самооцінки ставлення к урокам фізической культуры и реальной физической активности школьников 5-9 классов Украины и Польши. Указаны общие и отличающиеся аспекты в отношении физической активности польских и украинских школьников в урочное и в неурочное время. С этой целью проведено анкетирование 256 учеников Украины и Польши. Установлено, что в Украине меньшее количество школьников, которые берут активное участие в уроках физической культуры, занимаются дополнительно в спортивных секциях и для которых свойственно активное проведение свободного времени, чем в Польши. Самооценка школьниками отношения к урокам физической культуры одинаковое в обеих странах.

Ключові слова: фізична активність, школярі, Польща.

physical activity, students, Poland

физическая активность, школьники, Польша.

Постановка проблеми. Однією з найважливіших проблем, які виникають в сучасних соціо-економічних і екологічних умовах України є збереження здоров'я дітей та підлітків [2, 9]. На жаль, на сьогоднішній день рівень захворюваності дитячого населення залишається високим, погіршуються показники переходу гострих захворювань у хронічні [8]. Основною причиною такої ситуації, на думку фахівців [1, 4, 6, 11], є недостатня фізична активність школярів. Для покращення даної ситуації сучасні науковці рекомендують застосовувати європейський і світовий досвід. В системі фізичного виховання дітей України і світу (в тому числі й Польщі), незважаючи на ряд значних відмінностей, існує багато спільного. Тому виникає потреба у порівнянні структури фізичної активності і відношення до неї у школярів України і Польщі.

Аналіз публікацій. Аналізу і порівнянню окремих аспектів притаманних для систем фізичного виховання України і інших країн присвятили свої дослідження значна частина науковців: Долгова Н. [3], Пасічник В. [5], Сороколіт Н. [7], Турчик І. [10] та ін. Вони зазначають, що сучасний урок фізичної культури в школах Польщі, крім вирішення традиційних завдань, спрямований на моральний, духовний, соціальний та культурний розвиток учнів. Система фізичного виховання Польщі спрямована на формування у школярів здорового способу життя та збільшення мотивації до занять фізичною активністю як в урочний так і в позаурочний час [10, 12]. Проте порівняння обсягів фізичної активності

I. Науковий напрям

школярів України та Польщі та аналізу ставлення до її різновидів у доступних нам джерелах виявлено не було.

Мета – порівняти обсяг фізичної активності та ставлення до неї школярів України і Польщі.

Організація дослідження. Для визначення ставлення школярів до фізичної активності та структури фізичної активності учнів на дозвіллі проводилось анкетування. В опитування взяло участь 256 школярів (129 хлопців і 127 дівчат) 5-9 класів загальноосвітніх шкіл України і Польщі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури, соціологічні методи, методи математичної статистики.

Результати. Дані нашого опитування показують, що і польські і українські школярі оцінюють уроки фізичної культури однаково, в середньому відповідно у 8,42 і 8,43 балів (за 10-ти бальною шкалою, де 10 – найвищий бал). Це свідчить про позитивне ставлення до таких уроків школярів обох країн.

Проте свою активність на уроках польські і українські школярі оцінюють по-різному. Як ми бачимо (рис. 1), більшість польських школярів (71,8%) займаються із задоволенням на уроках фізичної культури, проте лише половина (46,9%) українських школярів позитивно відносяться до уроків. Займаються без задоволення близько четвертини учнів як в Україні так і в Польщі. Проте учні шкіл України частіше уникають участі в уроках (22,4%), ніж учні польських шкіл (4,1%). Отже, наше опитування показало, що польські школярі набагато активніші на уроках і з більшим задоволенням відвідують уроки та майже не пропускають їх, тоді як українські школярі не так високо цінують уроки фізичної культури, менше активні під час уроків, більша половина з них займаються без задоволення, або намагаються уникати участі в уроках.

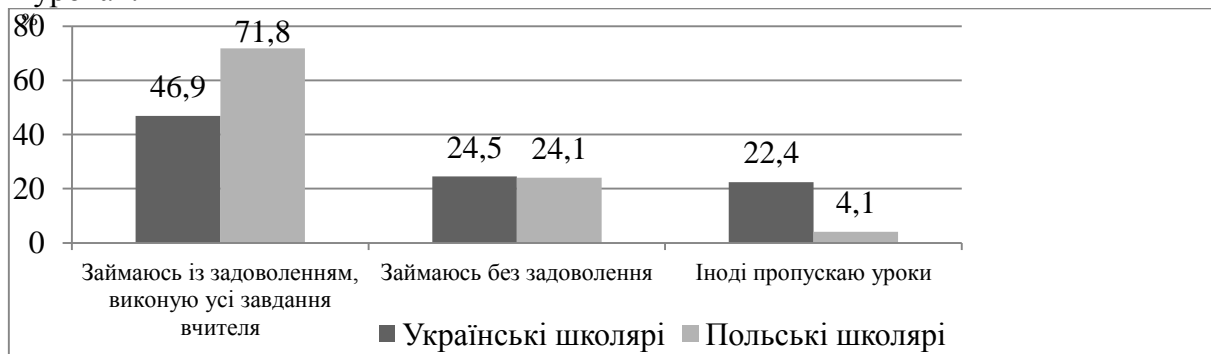


Рис.1 Суб'єктивна оцінка польських і українських школярів своєї активності на уроках фізичної культури

Для того щоб оцінити чи виконують школярі фізичні вправи самостійно ми запитали в них як часто вони роблять ранкову гімнастику. Як видно на рис. 2 кількість дітей які регулярно виконують ранкову гімнастику в Україні і Польщі майже не відрізняється і становить 28,5% і 26,3% школярів відповідно. Тобто трохи більше четвертини дітей слідує рекомендаціям і починають свій день з фізичних вправ, тоді як 32,8% українських школярів і 18,1% - польських виконують комплекси вправ ранкової гімнастики лише зрідка. Більша частина школярів в республіці Польща (55,6%) не виконують зарядку; щодо українських школярів то цей показник – нижчий і становить 38,7%. Зважаючи на ці дані, можна зазначити, що більшість українських школярів знають про користь ранкової гімнастики та стараються хоч інколи її виконувати, щодо польських школярів то це показник значно нижчий.

I. Науковий напрям

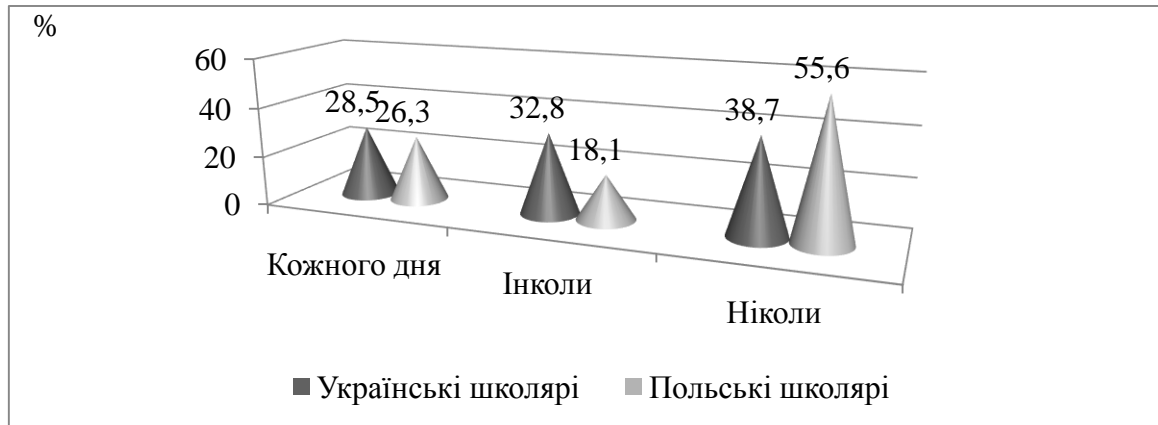


Рис. 2 Регулярність виконання ранкової гімнастики школярами

Щоб дізнатись як проводять вільний від навчання час школярі, ми в них запитали як часто вони катаються на роликах, велосипеді, скейті, самокаті. Наші результати показали, що 82,1% школярів з Польщі люблять активний спосіб проведення дозвілля. Серед українських школярів кількість дітей, які часто присвячують свій вільний час катанню на велосипедах є у два рази нижчою і становить 40,0%. Тобто польські школярі набагато активніше проводять свій післяурочний час на свіжому повітрі, на відміну від українських учнів.

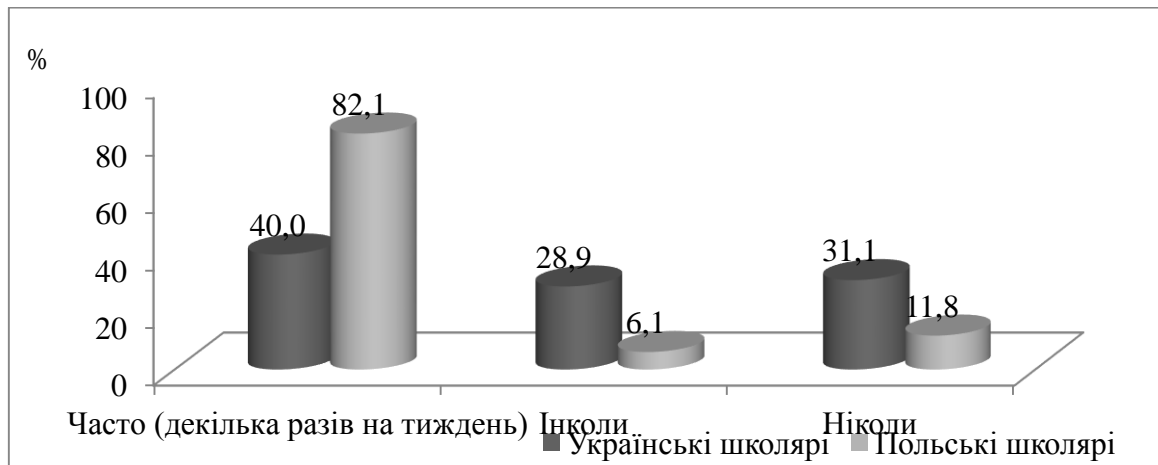


Рис. 3. Використання засобів фізичного виховання школярами під час дозвілля

Кількість щоденної фізичної активності школяра напряму залежить від того чи займається він у будь-яких спортивних секціях. Наше дослідження показало, що 72,3% польських школярів і 62,3% українських регулярно займаються у спортивних секціях. Кожен четвертий школяр в Польщі (27,7%) і кожен третій в Україні (37,7%) не відвідують спортивних секцій. Отже, як видно (рис. 4), у Польщі більша кількість школярів присвячує свій вільний час заняттям у різноманітних спортивних секціях, ніж в Україні.

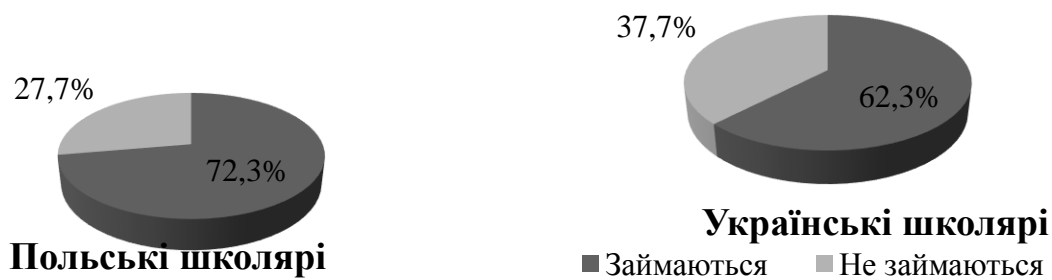


Рис. 4. Відвідування спортивних секцій польськими та українськими школярами

Висновки. Ставлення до уроків фізичного виховання школярів України та Польщі не відрізняється. Школярі України однаково зі школярами Польщі високо оцінюють своє ставлення до уроків з фізичної культури: 8,42 і 8,43 балів відповідно за 10-ти бальною шкалою (де 10 найвищий бал).

Проте рухова активність школярів України під час уроків та на дозвіллі не підтверджують задекларованого ним рівня ставлення до фізичної культури. Так серед українських школярів суттєво менше (46,9%) таких, які під час уроків фізичної культури займаються із задоволенням і виконують усі завдання вчителя, ніж серед польських школярів (71,8%). Українські школярі надають перевагу більш пасивному способу проведення вільного часу: у вільний від уроків час катаються на роликах, велосипеді, скейті, самокаті 40,0% українських школярів, що суттєво (у два рази!) менше від кількості польських школярів які так само проводять свій вільний час (82,1%). У спортивних секціях займається 72,3% польських школярів, в Україні цей показник дещо нижчий (62,3%). Регулярно виконують ранкову гімнастику українські і польські школярі однаково часто (28,5% і 26,3% відповідно).

Таким чином, в Україні менша кількість школярів, які беруть активну участь в уроках фізичної культури, займаються додатково в спортивних секціях і для яких притаманне активне проведення дозвілля, ніж у Польщі не дивлячись на однаково позитивне ставлення школярів обидвох країн до уроків фізичної культури.

Література:

1. Боднар І. Р. Ставлення учнів середнього шкільного віку до уроків фізичної культури / Боднар І. Р. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, 2013. – № 1. – С. 137–140.
2. Боднар І. Стан проблеми організації фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі дня школяра / Іванна Боднар, Артем Кухарчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 2013. – Вип. 3(31). – С. 18–27.
3. Долгова Н. О. Інноваційні комп'ютерні технології як засіб організації процесу фізичного виховання в університетах Польщі / Долгова Н. О. // Витоки педагогічної майстерності. Сер.: Педагогічні науки. – 2011. – № 8 (1). – С. 114–118.
4. Кравченко Н. Сучасна навчальна програма як складова забезпечення оптимальної рухової активності школярів середнього шкільного віку / Наталія Кравченко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2012. – Вип. 16, т. 2. – С. 108–111.
5. Пасічник В. Основні напрями розвитку фізичного виховання в сучасних школах Польщі / Володимир Пасічник // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2009. – Вип. 13, т. 2. – С. 122–126.
6. Римар О. Оцінювання рівня фізичної підготовленості учнів старших класів / 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. – Львів, 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 181–186.

I. Науковий напрям

7. Сороколит Н. Особенности физического воспитания в общеобразовательных школах Украины и Польши / Сороколит Н. // *Kultura fizică: probleme științifice ale învățămîntului și sportului : materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor.* – Chișinău, 2012. – S. 285 – 290.
8. Сороколіт Н. С. Ставлення учнів середнього шкільного віку до свого здоров'я та до уроків фізичної культури / Сороколіт Н. С. // *Спортивна медицина*, 2014. – №1. – С. 47–51.
9. Сороколіт Н. Фізичне виховання школярів в умовах модульного навчання / Наталія Сороколіт // *Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи.* – Львів, 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 208–211.
10. Турчик І. Урок фізичної культури у системі початкової шкільної освіти Польщі / Ірина Турчик, Оксана Вацеба, Світлана Бірюк // *Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту.* – Львів, 2009. – Вип. 13, т. 2. – С. 187–191.
11. Шиян О. Здорова школа: рухова активність : навч. посіб. / Олена Шиян, Наталія Сороколіт, Ірина Турчик. – Львів: Кольорове небо, 2013. – 83 с.
12. Bodziak В. Program – wychowanie fizyczne i zdrowotne. Szkoła podstawowa / В. Bodziak // *Lider*, 2006. – nr. 10. – S. 4 – 6.