

- у 18 років – основне заняття з фізичного виховання з переважним застосуванням бігу на короткі та середні дистанції, стрибків та вправ, спрямованих на розвиток гнучкості;
- 19 років – основне заняття з фізичного виховання з переважним застосуванням бігу на короткі дистанції, вправ, спрямованих на розвиток пасивної гнучкості та рівноваги;
- у 20 років – основне заняття з фізичного виховання з переважним застосуванням бігу на короткі дистанції, стрибків та вправ, спрямованих на розвиток активної пасивної гнучкості.

Література:

1. Біліченко О. О. Гендерні особливості формування мотивації до занять фізичним вихованням у студентів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 «Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення» / Біліченко Олена Олександрівна ; Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. – Д., 2014. – 21 с.
2. Волков В. Л. Развитие физических способностей студентов у системы физической подготовки / В. Л. Волков. – К.: Освіта України, 2011. – 420 с.
3. Грибан Г. Физическая подготовленность студентов в Украине / Г. Грибан, С. Романчук, В. Романчук та ін. // American Journal of Scientific and Education Research. – 2014. – № 1(4). – С. 286-291
4. Козина Ж. Л. Гармоничное сочетание интеллектуального и физического развития как необходимое условие укрепления здоровья студентов и подготовки квалифицированных специалистов / Ж. Л. Козина, В. С. Ашанин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / ХГАДИ. – Харьков, 2007. – N 1. – С. 152–157.
5. Buskirk E.R. Age and aerobic power. – The rate of change in men and women / E.R. Buskirk, J.L. Hodgson // Federation Proceedings, 1987. – #46. – P. 1824-1829.
6. Morgan V.P. Physical activity, fitness and depression / V.P. Morgan // Physical activity, fitness and health / C. Bouchard, R.J. Shepord, N. Stephens. – Champaign: Human Kinetics, 1994. – P. 851-867.
7. Toshio Seaki. The characteristics of sociological research on sport organization in Japan / Seaki Toshio // International review for the sociology of sport, 1999. – Vol. 25. – #25. – P. 109-123.
8. Zebrowski P. T. Symbol of symmetrical development: the reception of the YMKA in Poland / P.T. Zebrowski // The international journal of the history of sport, 1997. – Vol. 8. – #1. – P. 96-110.

Тимошенко О.В

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ

УПРАВЛІННЯ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИМ ПРОЦЕСОМ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ)

У статті розглянуто питання щодо контролю і оцінювання навчальних досягнень учнівської молоді у процесі занять фізичними вправами у зв'язку з реформування освітньої сфери. Показано суперечливе відношення дітей та їх батьків до уроків фізичної культури. Виявлена необхідність удосконалення системи контролю і оцінювання на уроках фізичної культури. Оскільки здійснення контролю на уроках фізичної культури дає можливість вчителю аналізувати відповідність результату педагогічним завданням, управляти процесом і вносити відповідні корективи, а позитивна оцінка сприяє розкриттю перспектив успіху дитини, створює і підтримує позитивний емоційний настрій, викликає бажання вчитися, сприяє формуванню адекватної самооцінки.

Ключові слова: управління, контроль, оцінювання, успішність, тести, нормативи, фізичні вправи, учнівська молодь

А.В. Тимошенко. Управление учебно-воспитательным процессом на уроках физической культуры (состояние и перспективы). В статье рассмотрен вопрос о контроле и оценивании учебных достижений ученической молодежи в процессе занятий физическими упражнениями в связи с реформированием образовательной сферы. Показано противоречивое отношение детей и родителей к урокам физической культуры. Выявлена необходимость усовершенствования системы контроля и оценивания на уроках физической культуры. Поскольку осуществление контроля и оценивание на уроках физической культуры дает возможность учителю анализировать соответствие результата педагогическим заданиям, управлять процессом и вносить соответствующие коррективы, а положительная оценка способствует раскрытию перспектив успеха ребенка, создает и поддерживает положительное настроение, вызывает желание учиться, способствует формированию адекватной самооценки.

Ключевые слова: управление, контроль, оценивание, успеваемость, тесты, нормативы, физические упражнения, ученическая молодежь.

O. Tymoshenko. Managing the educational process on physical training lessons (state and prospects). The article deals with the issue of monitoring and evaluation of students' educational achievements in the exercise in connection with reforming the education area. It's shown contradictory attitude of children and their parents for lessons of physical culture. As a steady trend parents with their children visit fitness clubs, aqua centers and other commercial sports and health improving facilities, and at the same time take out medical certificates that freed child from physical exercises in the school.

Today scientists emphasize unjustified Ukraine state tests for evaluation of physical fitness of pupils, the discrepancy age peculiarities of pupils, injure dangers one-sided control of motor activity. At the same time with the difference of controls assessment standards of physical fitness of our population, at present time nothing new is asked instead of them.

It's revealed the necessity to improve monitoring and evaluation system for physical education classes. It's found that monitoring and evaluation in the pupils' learning process is an important means of building motivation and stimulation of teaching and learning activities.

As control on the lessons of physical culture gives the possibility for the teacher to analyze compliance results by pedagogical task to manage the process and make appropriate adjustments and positive evaluation helps reveal the prospects of the child's success, establish and maintain positive emotional mood and call the desire to learn, promotes adequate self-esteem.

However, the evaluation should be adequate to take into account the individual characteristics of students, encourage diligence, and take into account the dynamics of personal achievement during the school year.

Key words: *management, monitoring, evaluation, performance, tests, standards, physical exercise, students.*

Вступ. Державними вимогами до системи фізичного виховання дітей і учнівської молоді визначено, що стратегічними цілями на сьогоднішній день є формування у них фізичного, морального і психічного здоров'я, усвідомленої потреби у фізичному вдосконаленні, розвитку інтересу і звички до самостійних занять фізкультурою і спортом, набуття знань і вмінь здорового способу життя.

Останнім часом тема реформування освітньої сфери, зокрема модернізації шкільної системи фізичного виховання, набула надзвичайної актуальності, особливо в контексті спроби Міністерства освіти, науки України розробити нові державні стандарти в школі. Проте прийняття одних тільки нормативних документів та навчальних програм не зможе докорінно змінити стан шкільної фізичної культури сьогодні.

Мета роботи дослідити питання щодо удосконалення управління навчально-виховним процесом учнівської молоді в процесі занять фізичними вправами з урахуванням нових вимог суспільства до проведення уроків фізичної культури.

Результати досліджень. Аналіз науково-методичної літератури виявив суперечливе відношення дітей та їх батьків до уроків фізичної культури. Сьогодні спостерігається стійка тенденція, що батьки разом з дітьми відвідують фітнесклуби, аквацентри та інші комерційні фізкультурно-оздоровчі заклади, а в той же час дістають медичні довідки, що звільняють дитину від занять фізичними вправами в школі. Сьогодні більш соромно відвідувати уроки фізкультури, ніж мати медичну довідку про звільнення. Таким чином, доходить до того, що третина класу сидить на лаві. Причинами цього, на наш погляд, є небажання дітей займатися пропонуваними вчителем видами рухової активності або й взагалі відсутністю сформованої потреби до занять фізичними вправами; одноманітність уроків, пов'язана з низьким науково-педагогічним рівнем та мотивацією сучасних вчителів; низька спортивно-матеріальна база шкіл, що в десятки разів гірша ніж в європейських країнах. Крім цього, самі батьки скептично ставляться до фізичної культури в школі як навчального предмету, вважаючи поганими санітарно-гігієнічні та матеріально-технічні умови, в яких проводяться уроки. Проте слід відмітити, що останнім часом будуються нові школи з сучасними спортивними залами і басейнами, що відповідають вимогам провідних країн світу. Однак таких шкіл ще недостатньо в нашій країні, і всі вони, як правило, знаходяться у великих містах. Тому організація занять з фізичної культури у зарубіжних навчальних закладах не може слугувати прикладом для наслідування. Тільки за достатньої кількості спортивних споруд, обладнання та інвентарю можна замінити уроки фізичної культури різними секційними заняттями з видів спорту за інтересами.

У 2008 р. Наказом міністерства освіти і науки України було ліквідовано державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України, що виявилися завищеними для сучасних школярів. Це вважалось невідкладним заходом щодо збереження здоров'я учнівської молоді під час занять фізичними вправами після серії трагічних випадків на уроках фізичної культури у вітчизняних школах, що викликали суспільний резонанс. Однак випадки смертей українських школярів не припинилися, оскільки причина їх не в застосуванні нормативів, а в іншому – вкрай низькому стані здоров'я підростаючого покоління, невчасній діагностиці хронічних хвороб, відсутності налагодженої системи медичного контролю у школах, недостатній руховій активності сучасної молоді, і, накінець, неправильно визначеній величині фізичного навантаження на уроках фізичної культури. Навіть побіжний аналіз доступних інтернет-матеріалів доводить, що трагічні випадки на уроках фізичної культури не є винятковими навіть в економічно розвинених країнах євросоюзу та США [10].

Сучасна європейська концепція оцінювання фізичної підготовленості школярів, за даними є.н. приступи, базується на врахуванні енергетичних параметрів функціонування організму, гармонійності будови тіла, що визначають індивідуальне здоров'я дитини, а не лише на результатах рухових тестів. Підхід, визнаний у більшості розвинених країн світу, пропонує оцінювати лише ті компоненти фізичної підготовленості, які разом із достатньою фізичною активністю ефективно впливають на здоров'я дитини [4].

Сьогодні вченими підкреслюється необґрунтованість Державних тестів України для оцінки фізичної підготовленості школярів, невідповідність віковим особливостям учнів, травмонебезпечність, однобічність контролю рівня рухової активності. З відміною контрольних нормативів оцінювання фізичної підготовленості населення нашої країни, на даний момент нічого нового замість них не запропоновано. Тому необхідність удосконалення системи контролю і оцінювання на уроках фізичної культури не викликає сумніву. Адекватно підібрані рухові тести дають можливість визначити рівень функціонування основних систем організму дітей молодшого шкільного віку. Застосування нормативів важливе для контролю фізичного стану учнів та аналізу результату впливу систематичних фізичних навантажень на стан здоров'я та рухову підготовленість школярів.

Сьогодні у ЗМІ, на різноманітних засіданнях і нарадах фахівців галузі фізичного виховання і спорту лунають ідеї про відміну оцінювання на уроках фізичної культури взагалі. Крім цього, Міністерство освіти і науки займається розробкою нового державного стандарту з фізичної культури для початкових шкіл, що передбачає збільшення годин занять фізичними вправами та винесення предмету за межі навчального навантаження. Проте необхідно відмітити, що урок – це перш за все навчально-виховний процес, завданнями якого є формування спеціальних знань, рухових умінь та навичок, необхідних у повсякденному житті, а контроль та оцінка навчальних досягнень є суттєвою складовою процесу навчання та важливим завданням педагогічної діяльності вчителя.

Контроль і оцінювання в процесі навчання молодших школярів є одним із важливих засобів формування мотивації і стимулювання їх навчально-пізнавальної діяльності. Так, позитивна оцінка сприяє розкриттю перспектив успіху дитини, створює і підтримує позитивний емоційний настрій, викликає бажання вчитися, сприяє формуванню адекватної самооцінки. Оцінка стимулює активність учнів, проте вона має бути адекватною, враховувати індивідуальні особливості тих, хто навчається, заохочувати

старанність, брати до уваги динаміку особистих досягнень протягом навчального року. Слід зауважити, що здійснення контролю у навчально-виховному процесі, зокрема і на уроках фізичної культури, просто необхідне, так як дає можливість вчителю аналізувати відповідність результату педагогічним завданням, управляти процесом і вносити відповідні корективи. Безсумнівно, це стосується і оцінювання успішності учнів під час занять фізичними вправами. При цьому відміна оцінювання суттєво знизить мотивацію школярів щодо відвідування уроків та роль фізичної культури як навчального предмету.

На нашу думку, слід розрізнити такі поняття, як «контроль», «контрольні нормативи», «оцінка успішності», «навчальні досягнення» їх значення для навчально-виховного процесу учнів початкової школи, функції принципи, методи, засоби, форми і види контролю і оцінки.

Оцінювання у педагогіці визначає характеристику результату навчання. Як вказує В.П. Безпалько [1], просування учня у пізнавальній діяльності є своєрідним підйомом по східцям, а контроль і оцінка результатів цієї діяльності повинні здійснюватися за допомогою комплектів спеціальних тестів. При цьому знання як об'єкт контролю і оцінки є якісною ознакою, яка характеризує особистість людини, хоча при бажанні можна внести деякі формалізовані кількісні показники. Тому будь-яка кількісна оцінка цих ознак, у кінцевому випадку, переходить в якісну. Інша справа, що з метою зменшення впливу суб'єктивних і випадкових факторів з кожного шкільного предмету, в тому числі, і з фізичної культури необхідно розробити і встановити критерії і кількісні норми оцінок, які установлені на основі результатів тестування. Проте оцінювання, поряд з іншими компонентами навчально-виховного процесу (зміст, методи, засоби, форми) повинне відповідати сучасним вимогам суспільства та враховувати пріоритетам і цілям освіти в першій ланці школи.

На думку деяких вчених контроль визначається як важливий компонент системи навчального процесу, що проводиться у різних формах (поточний, періодичний, підсумковий) для визначення рівня знань, умінь, навичок з метою удосконалення організації навчального процесу у цілому. Під терміном «контроль за успішністю» Дейнек Казі розуміє одержання інформації у ході навчально-виховного процесу [7]. Також у науковій літературі контроль розглядає як засіб педагогічного управління навчально-пізнавальною діяльністю учнів, при якому здійснюється регулярне поетапне оцінювання й корекція навчально-виховного процесу як у відношенні засвоєння знань, умінь і навичок, так і у відношенні виховання учнів [9].

У роботі Ю.В. Головач [2], контроль визначається як діяльність, змістом якої є реалізація системи способів та форм впливу того, хто навчає, на того, хто навчається, з метою виявлення та аналізу рівня навченості на момент контролю. Такі поширені визначення пов'язані з багато функціональністю контролю, з намаганням авторів у це поняття вкласти всі функції і дії контролю. Тобто, залежно від того, які ознаки покладені в основу терміну, таке визначення і дають контролю.

Система педагогічного контролю є однією з найважливіших компонентів системи фізичного виховання школярів, оскільки дає можливість оцінювання результатів навчання. При цьому оцінка знань, умінь і навичок – це систематична робота, яка спрямована на накопичення інформації, вироблення й популяризацію основних знань умінь і навичок учнів, а контроль знань, умінь і навичок – це одна зі складових процесу навчання, яка знаходиться у відповідності до нових вимог і завдань розвитку освіти [6].

Також широко використовуються самоконтроль і самооцінювання. Вони є засобом стимулювання пізнавальної діяльності, підставою для саморегулювання. Оскільки в оволодінні знаннями, уміннями і навичками суттєве значення має пізнавальна активність самого учня, його прагнення до оволодіння знаннями, уміннями, навичками і до фізичної досконалості, то якраз самоконтроль і є тією стимулюючою силою, яка допомагає досягти мети. Впевнюючись при самоконтролі, що він оволодів матеріалом, учень відчуває радість успіху, яка пов'язана з досягненням мети. І навпаки, якщо результати роботи не задовольняють його, він відчуває внутрішнє протиріччя між бажаними успіхами й досягненнями, і це дає поштовх для більш активної роботи.

Систематичний облік успішності — складова частина навчання, оскільки демонструє учням сильні і слабкі сторони їх діяльності, формує в дитячій свідомості загальні критерії оцінки виконання навчальних завдань, оцінює індивідуальну динаміку засвоєння навчального матеріалу.

Вважаємо, що на системі контролю за успішністю учнів на уроках фізичної культури ґрунтується управління процесом фізичного виховання школярів. Виконання контрольних нормативів і тестів виконує головну роль у системі контролю знань, умінь, навичок і фізичної досконалості. Тому на сьогоднішній день важливо розробити контрольні нормативи, які дають можливість виявити рівень сформованості знань, умінь і навичок, розвитку різних фізичних якостей відповідно до виду фізкультурно-оздоровчої діяльності. При цьому контрольні нормативи мають бути диференційованими, тобто оцінювати рухові можливості учнів відповідно до віку, статі та враховувати при цьому індивідуальну варіабельність морфофункціонального розвитку [8].

Слід пам'ятати, що предмет «Фізична культура» не тільки вчить бігати, стрибати, володіти м'ячем або скакалкою, а прищеплює дитині ази здорового способу життя та формує потребу і звичку до систематичних занять фізичними вправами. Тому оцінка, що виставляється вчителем на уроці фізичної культури школі, має враховувати перш за все мотивацію, сформованість звички до систематичних занять фізичними вправами, тоді як контроль – оцінювати адекватність параметрів фізичних навантажень та фізичний стан учнів.

Наприклад, М.І. Зубалій пропонує впровадження у загальноосвітньому навчальному закладі мотиваційної шкали безбального оцінювання навчальних досягнень учнів. І в цьому є резон, оскільки школярі за віковими особливостями інакше сприймають оцінку своєї діяльності, і бали для них – абстракція. У шкільному віці переважає зовнішня мотивація діяльності і невміння об'єктивно оцінювати результати своєї діяльності, здійснювати контроль і самоконтроль, оцінку і самооцінку. Фахівець вважає, що безбальна оцінка сприятиме формуванню в них соціальних, мотиваційних та функціональних компетентностей. Школярі мають опанувати основи знань з фізичного виховання, оволодіти основними життєво важливими вміннями та навичками. При цьому об'єктами перевірки та оцінювання учнів без балів за мотиваційними критеріями в процесі занять фізичною культурою мають стати: інтерес до уроків фізичної культури, спрямованість рухової діяльності на вивчення нових фізичних вправ, усвідомлення власних можливостей у підвищенні рівня фізичного розвитку, фізичних якостей та рухових здібностей, ініціативність під час проведення уроків фізичної культури [3].

Обов'язковими видами оцінювання є поточне і підсумкове. Поточне оцінювання має включати в себе визначення

результатів діяльності учня на окремому уроці та виконує здебільшого виховну роль. Підсумкове оцінювання дозволяє визначити динаміку зростання рівня особистих навчальних досягнень школяра протягом певного періоду навчання.

Враховуючи низькі резерви адаптаційних можливостей сучасних школярів, особливо важливим є здійснення систематичного контролю фізичного стану учнівської молоді протягом тривалого періоду занять фізичними вправами. Для цього пропонується велика кількість нормативних документів, що дають можливість фахівцям фізичного виховання і спорту контролювати стан здоров'я, фізичного розвитку та підготовленості населення, зокрема, це і контрольні нормативи в школі і виші, і «Щоденник здоров'я», і «Паспорт здоров'я» тощо. Однак, на нашу думку, найбільш кращим документом, що враховує різні сторони діяльності людини є «Паспорт здоров'я» [5]. Він дає можливість здійснювати контроль різних функціональних проб, які є інформативними щодо визначення рівня здоров'я людини. Крім цього, у цьому паспорті є дані про фізичну працездатність і підготовленість людини, а включення в «Паспорт здоров'я» показників, що характеризують рівень фізичної підготовленості особи є дуже важливим і необхідним моментом, особливо з урахуванням останніх подій, які відбуваються у нашій країні, зокрема, прийняття Постанови Кабінету міністрів України №1045, згідно якої вступають у дію з 1 січня 2017 року тести, в тому числі і для учнівської молоді. Запропоновані державні тести можна легко інтегрувати в «Паспорт здоров'я» для визначення рівня фізичної підготовленості учнів початкової школи. Цей документ є важливим та інформативним для учителя фізичної культури, оскільки він дає йому змогу здійснювати контроль, що у свою чергу, сприяє більш кращому управлінню навчально-виховним процесом на уроках фізичної культури протягом всього навчання дитини в школі.

Можливо, не обов'язково враховувати дані «Паспорту здоров'я» початкових класів на уроках фізичної культури як семестрову або річну оцінку. Достатньо включити їх у підсумкову оцінку наприкінці четвертого класу в процесі переходу учня з початкової в основну школу чи дев'ятого класу під час переходу з основної у старшу школу. При цьому оцінку слід оголошувати батькам з метою покращення успішності учнів за рахунок активної рухової діяльності, яка призведе до покращення показників фізичного стану та здоров'я учнівської молоді.

Такий підхід з однієї сторони дасть можливість відмінити поточне оцінювання успішності учнів протягом всього періоду їх навчання в початковій школі. А з іншого боку, учитель фізичної культури буде мати змогу приймати контрольні тести і нормативи, фіксувати їх в спеціальному документі. І, що найголовніше, здійснювати управління навчально-виховним процесом учнівської молоді на уроках фізичної культури на основі оцінювання динаміки показників фізичного стану школярів.

Висновки. Таким чином, присутність контролю в навчально-виховному процесі необхідна, оскільки він дає нам можливість здійснювати педагогічне управління навчально-пізнавальною діяльністю учнів, при якому здійснюється регулярний поетапний контроль і корекція навчально-виховного процесу як у відношенні засвоєння знань, умінь і навичок, так і у відношенні виховання учнів. Що стосується оцінювання успішності учнів в процесі занять фізичними вправами, то визначення навчальних досягнень учнів слід здійснювати за мотиваційними критеріями в процесі занять фізичною культурою та динамікою особистісних досягнень.

Напрямок подальших досліджень буде спрямований на дослідження питання щодо використання новітніх інформаційних технологій у навчально-вихованому процесі з метою об'єктивної оцінки успішності учнівської молоді в процесі фізичного виховання.

Література

1. Безпалько В.П. Управление процессом усвоения знаний / В.П. Безпалько. – М.: МГУ, 1975. – 343 с.
2. Головач Ю.В. Контроль рівня сформованості професійно-фонетичної компетенції студентів першого курсу мовного педагогічного вузу: Автореф. дис. ... кан. пед. наук / Ю.В. Головач. – К., 1997. – 25 с.
3. Зубалій М.Д. Мотиваційна шкала безбального оцінювання навчальних досягнень учнів з фізичної культури [Електронний ресурс] / М.Д. Зубалій // Українська педагогіка: освітній портал. – Електрон. текст. дані. – Режим доступу: <http://ukped.com/statti/teorija-navchannja/5006-motyvatsiina-shkala-bezbalnoho-otsiniuvannia-navchalnykh-dosiiahnen-uchniv-z-fizychnoi-kultury.html>, вільний. – Назва з екрана. – Мова укр.
4. Приступа Є.П. Завищені нормативи чи слабкі діти? // Дзеркало тижня. Україна. – 2011. - №9. - 18 березня.
5. Тимошенко О.В. Оцінювання здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів / О.В. Тимошенко, М.Д. Зубалій // Фізичне виховання в рідній школі. – 2014. - №6. – С. 20-24.
6. Grenn. H.J. What do tests measure? // Physiological Testing of the High-Performance Athlete. – Human Kinetics, 1991. – P 7 – 19.
7. Hay J. G. Mechanical basis strength expression // Strength and Power in Sport. – Blackwell Scientific Publications, 1992. – P. 197 – 207.
8. MacDougall J.D., Wenger H.A. The purpose of physiological testing // Physiological Testing of the High-Performance Athlete. - Human Kinetics, 1991. - P 1 – 5.
9. Sale D.G. Testing strength and power // Physiological Testing of the High-Performance Athlete. – Human Kinetics, 1991. – P 21 – 106.
10. Thoden J. S. Testing aerobic power // Physiological Testing of the High-Performance Athlete. – Human Kinetics, 1991. - P 107 – 173/

Тимчик М. В, Шегімага В. Ф.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ГІМНАСТИКОЮ

У статті розкривається зміст занять з гімнастики як засобу фізичного виховання учнів підліткового віку. Із цією метою проаналізовано ефективність та значущість гімнастики у фізичному вихованні. Встановлено, що застосування в загальноосвітніх школах гімнастики сприяє зміцненню здоров'я, гармонійному розвитку й формуванню в учнів фізичної вихованості.