

УДК 371.3: 796.015.132:373.5

Юденюк В. М.

ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Стаття присвячена узагальненню та систематизації знань, накопичених щодо організації занять з фізичної культури учнів середнього шкільного віку. Окреслено основні педагогічні проблеми фізичної культури учнів середнього шкільного віку. Встановлено необхідність удосконалення системи оцінювання та педагогічного контролю за рівнем фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів основної школи для ефективного управління навчальним процесом. Обґрунтовано доцільність удосконалення системи оцінювання та педагогічного контролю за фізичним розвитком та рівнем фізичної підготовленості учнів.

Ключові слова: фізична культура, підлітковий період, навчальний процес.

Постановка проблеми. Фізична культура є частиною загальної культури суспільства, яка спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування особистості й у загальноосвітніх навчальних закладах її формування реалізується на уроках фізичної культури. Однак в сучасних умовах складаються обставини, коли урок фізичного виховання не виконує основні функції, покладені на нього суспільством [10, с. 10; 12, с. 9].

Зокрема за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я простежується тенденція до постійного погіршення стану здоров'я дітей та підлітків та збільшення типів захворювань, в тому числі дихальної, серцево-судинної, нервово-психічної, травної систем, порушення постави, відхилення зорового аналізатору і т.д. Проведені дослідження вказують на те, що хронічні захворювання діагностуються у 40–45 % школярів, а серед відносно здорових – дві третини складають діти з різними морфофункціональними порушеннями [4, с. 8; 8, с. 15].

Фахівці зазначають, що години, які виділяються на уроки фізичної культури, не задовольняють потребу дитячого організму в руховій активності, так як спеціально організовані форми фізичного виховання в умовах загальноосвітньої школи обмежуються в кращому випадку 2,5-3 год. на тиждень, забезпечуючи лише 30 % гігієнічної норми [11, с. 16; 12, с. 142].

Отже, на сучасному етапі важливо визначити ступінь реалізації завдань щодо формування фізичної культури школярів на уроках, вивчити педагогічні проблеми, які обумовили такий стан та обґрунтувати шляхи їхнього вирішення.

Зв'язок із важливими науковими завданнями. Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри безпеки життєдіяльності, фізичного виховання та основ здоров'я Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз доступної нам літератури показав, що вивчення шляхів удосконалення процесу фізичного виховання школярів різних вікових груп є актуальною науковою проблемою, якій присвячені численні праці як зарубіжних [13, с. 366; 14, с. 735; 15, с. 120], так і вітчизняних [1, с. 10; 2, с. 31; 3, с. 30; 4, с. 8; 6, с. 68; 12, с. 142] науковців.

Мета дослідження – на основі узагальнення науково-методичної літератури визначити основні педагогічні проблеми фізичної культури учнів середнього шкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. До шкільного віку відносяться діти від 6-7 до 17-18 років. Відповідно до існуючої системи загальної освіти, цей віковий період поділяється на 3 етапи: молодший, середній і старший. Фізична культура в шкільному віці має особливо велике значення для формування необхідних в житті рухових умінь, навичок, оволодіння основами їх практичного використання в різноманітних умовах рухової діяльності [11, с. 78]. Планувати процес фізичного виховання школярів потрібно з урахуванням біологічного розвитку дітей.

Вікові межі учнів середніх класів складають 11-15 років і характеризуються початком статевого дозрівання (пубертатний період), яке за різними даними у хлопчиків починається у віці 12-14 років, а у дівчат – у 10-12 років. Однак в широкому розумінні цей період визначають як підлітковий, який передбачає не лише функціональні, а й культурні та соціальні аспекти дорослішання.

Вчителю фізичної культури важливо володіти інформацією про функціональні зміни в організмі школярів підліткового віку для раціональної організації навчального процесу. Значні темпи приросту довжини тіла й кінцівок, маси тіла, розвитку серцево-судинної, дихальної, м'язової та інших систем організму, різночасність статевого дозрівання (дівчата на 1-2 роки раніше) та поява статевих відмінностей між дівчатами і хлопцями обумовлюють їхні можливості до перенесення різних за обсягом, величиною та інтенсивністю фізичних навантажень, виконання вправ різної фізіологічної та педагогічної спрямованості тощо [4, с. 7; 8, с. 14; 15, с. 118].

Цілеспрямований педагогічний вплив на окремі органи та структури організму в періоди їх інтенсивних кількісних і якісних змін (сенситивні, або сприятливі періоди), які відбуваються в процесі біологічного розвитку організму, виявляється у значному перевищенні результатів розвитку відповідних фізичних якостей, у порівнянні з періодами відносної стабілізації. В цілому підлітковий вік – один з найсприятливіших періодів розвитку рухових можливостей учнів. Крім того не виявлено перешкод до оволодіння складною технікою різних вправ.

Знання закономірностей онтогенезу та сенситивних періодів розвитку фізичних якостей дітей середнього шкільного віку дозволить вчителю фізичної культури раціонально планувати та диференціювати навчальний матеріал.

Узагальнення теоретичних даних і практичного досвіду дозволило визначити основні педагогічні проблеми фізичної культури учнів середнього шкільного віку:

- стандартно-нормативний підхід в організації педагогічного процесу, який розрахований на середнього учня і не враховує, що усереднені навчальні нормативи будуть для 50% – звичайними, для 25% завищеними і непосильними, а для решти 25% – недостатніми й нецікавими [9, с. 7];

- невідповідність рухової активності більшості школярів фізіологічним нормам, що забезпечують належний рівень фізичного стану дітей і підлітків, внаслідок недостатньої кількості годин на тиждень, які виділяються на уроки фізичної культури, стрімкого науково-технічного прогресу, що виявляється у тривалому перебуванні дітей біля телевізора, перед комп'ютером і телефоном, недостатня зайнятість школярів у дитячо-юнацьких спортивних школах тощо [11, с. 16; 12, с. 142];

- недостатня сформованість знань школярів щодо необхідності фізичного виховання, внаслідок чого з віком у дітей простежується тенденція до зниження інтересу до занять фізичними вправами [3, с. 29; 6, с. 70; 7, с. 48.];

- порушення традиційних зв'язків сім'ї та школи у фізичному вихованні дітей середнього шкільного віку і, як наслідок, негативне ставлення батьків до тестування показників фізичної підготовленості учнів, а також негативні емоції школярів (особливо з низьким і середнім рівнем підготовленості), викликані тестуванням, внаслідок чого різке зниження бажання виконувати фізичні вправи та погіршення здоров'я [1, с. 10; 2, с. 32; 5, с. 17];

- інтенсифікація навчального процесу, обумовлена великою кількістю загальноосвітніх предметів у школі, збільшенням кількості уроків на тиждень, тривалим виконанням домашніх завдань і, як наслідок, гіпокінезія та гіподинамія [11, с. 15; 12, с. 143; 15, с. 120].

У процесі експериментальних досліджень фахівці пропонують і доводять ефективність деяких шляхів вирішення визначених педагогічних проблем фізичної культури учнів середнього шкільного віку. Зокрема підвищення в підлітків інтересу до занять фізичними вправами може бути досягнуто за рахунок розвитку в них усвідомленого ставлення до рухових дій, збільшення освітньої цінності уроків, розвитку активності й самостійності під час виконання навчальних завдань, диференційованого підходу до учнів із різним ставленням до уроку, розробки сучасних шляхів, форм, методів, засобів фізичного виховання школярів в умовах взаємодії сім'ї та школи, використання даних антропометричних вимірів для показу зрушень у їхньому фізичному розвитку [3, с. 31; 5, с. 17].

Удосконалення системи тестування школярів, яка констатуватиме об'єктивний рівень фізичної підготовленості, збуджуватиме свідомість учнів, формуватиме позитивну мотивацію до занять та сприятиме підвищенню рухової активності, буде сприяти оптимізації фізичного розвитку, покращенню фізичної підготовленості та зміцненню здоров'я [2, с. 32].

Розробка критеріїв і технологій за допомогою яких можна здійснювати розподіл учнів одного віку та статі на типологічні групи подібних за морфофункціональними ознаками та властивостями нейродинамічних функцій з метою підвищення рівня фізичної підготовленості й виключення несприятливих змін в організмі [9, с. 228].

Окреслені напрямки не вичерпують проблеми фізичної культури учнів середнього шкільного віку. Однак в цілому варто зазначити, що більшість дослідників вказують на необхідності удосконалення системи оцінювання та педагогічного контролю за фізичним розвитком та рівнем фізичної підготовленості учнів основної школи для ефективного управління навчальним процесом, що передбачає вчасне внесення корективів, диференціацію та індивідуалізацію навчального процесу на основі об'єктивної інформації про фізичний стан дітей.

Висновки

1. У результаті аналізу та узагальнення науково-методичної літератури було встановлено актуальність вивчення шляхів удосконалення процесу фізичного виховання школярів різних вікових груп та необхідність систематизації знань щодо педагогічних проблем фізичної культури учнів середнього шкільного віку.

2. Визначено основні педагогічні проблеми фізичної культури учнів середнього шкільного віку, які включають стандартно-нормативний підхід в організації педагогічного процесу, невідповідність рухової активності більшості школярів фізіологічним нормам, недостатню сформованість знань школярів щодо необхідності фізичного виховання, негативне ставлення батьків до тестування показників фізичної підготовленості учнів, гіпокінезія та гіподинамія внаслідок інтенсифікації навчального процесу тощо.

3. Обґрунтовано доцільність удосконалення системи оцінювання та педагогічного контролю за фізичним розвитком та рівнем фізичної підготовленості учнів основної школи для ефективного управління навчальним процесом.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у вивченні особливостей розвитку рухових навичок учнів 11-15 років та розробці ефективної системи оцінювання та контролю фізичного розвитку рухових навичок учнів основної школи.

Використані джерела

1. Билецкая В.В. Характеристика подходов к оценке физической подготовленности школьников / В.В. Билецкая // Слобожанський науково-спортивний вісник, 2010. – № 1. – С. 9 – 12.
2. Боднар І. Обґрунтування тестів і нормативів системи поточного контролю фізичної підготовленості і здоров'я учнів середнього шкільного віку / Іванна Боднар // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Зб. наукових праць / За ред. Г.М. Арзютова. – Київ.: Вид-во Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт /» НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. – Випуск 10 (65) 15. – С. 31 – 35.
3. Васкан І. Інтерес до фізичного виховання в учнів середнього шкільного віку / Іван Васкан, Юрій Цюпак // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – 2010. – № 4 (12). – С. 29 – 31.
4. Гаркуша С.В. Сучасні тенденції у стані здоров'я дітей і молоді в умовах навчання / С.В. Гаркуша // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 10. – С. 7–11.
5. Данилевич М.В. Співпраця сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / М.В. Данилевич. – Луцьк, 1999. – 17 с.
6. Кравчук Я. Формування у школярів інтересу до виконання фізичних вправ / Я. Кравчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. – № 2 (6). – С. 67 – 72.
7. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності / Т. Круцевич // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 1. – С. 47 – 50.
8. Моїсеєнко Р.О. Особливості динаміки здоров'я учнів початкової та основної школи / Р.О. Моїсеєнко, Г.М. Даниленко, Л.І. Пономарьова // Современная педиатрия. – 2013. – № 1 (49). – С. 13 – 17.
9. Пустовалов В.О. Фізичні здібності підлітків із різним рівнем фізичного розвитку та властивостей нейродинамічних функцій : монографія / В.О. Пустовалов, Ю.О. Петренко, О.Е. Меньших. – Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2015. – 228 с.
10. Теория и методика физического воспитания : в 2-х томах / [под. ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ.: Олимпийская литература, 2003. – Т. 1: Общие основы теории и методики физического воспитания. – 2003. – 424 с.
11. Теория и методика физического воспитания : в 2-х томах / [под. ред. Т.Ю. Круцевич]. – Київ.: Олимпийская литература, 2003. – Т. 2: Методика физического воспитания различных групп населения. – 2003. – 392 с.
12. Томенко О.А. Рівень рухової активності школярів та шляхи його підвищення в умовах загальноосвітньої школи / О.А. Томенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 2. – С. 141–146.
13. Mullender-Wijnsma MJ. Improving academic performance of school-age children by physical activity in the classroom: 1-year program evaluation / MJ. Mullender-Wijnsma, E. Hartman, de Greeff JW et al // Journal of School Health. – 2015. – Vol. 85, Issue 6. – P. 365 – 371.
14. Strong W.B. Evidence Based Physical Activity for School-age Youth / W.B. Strong et al // The Journal of Pediatrics. – 2005. – Vol. 146, Issue 6. – P. 732 – 737.
15. Xiangli Gu. Physical Activity, Physical Fitness, and Health-Related Quality of Life in School-Aged Children / Xiangli Gu, Mei Chang, Melinda A. Solmon // Journal of Teaching in Physical Education. – 2016. – Vol. 35, Issue 2. – P. 117 – 126.

**PEDAGOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
OF SECONDARY SCHOOL AGE CHILDREN**

This article is devoted to generalization and systematization of knowledge accumulated about the organization of physical education of secondary school age children. At nowadays it is important to determine the degree of formation of schoolchildren's physical culture at the physical education lessons, to study pedagogical problems caused to this situation and justify their solutions.

The teacher of physical culture must have knowledge about biological development patterns, specifics of functional changes in children's organism during adolescence and sensitive periods of physical qualities' development of secondary school age children for rational planning and differentiation the educational material.

The basic pedagogical problems of secondary school age children's physical culture are the standard-regulatory approach in the organization of educational process, the discrepancy of motor activity of most schoolchildren to their physiological norms, insufficient of knowledge of pupils on the need for physical education, the negative attitude of parents to test indicators of physical fitness of schoolchildren, hypokinesia and hypodynamia because of the intensification of the educational process and so on.

The necessary of improving the system of assessment and pedagogical control for the physical development and physical preparedness level of secondary school age children for the effective management of educational process were proved.

Designated areas do not exhaust the problems of physical training of students of middle school age. However, in general it should be noted that most researchers point to the need to improve teacher evaluation system and control the physical development and physical fitness level secondary school pupils for effective learning management simple, providing timely making adjustments, differentiation and individualization of educational process on the basis of objective information about the physical condition of children.

Key words: *physical culture, adolescence, educational process.*

Стаття надійшла до редакції 02.03.2017 р.