

**ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ
ПІДГОТОВКИ СТАРШОКЛАСНИКІВ
У САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**



Москаленко Наталія, Єлісеєва Дар'я

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотация

В статті зображені показники теоретичної підготовленості до і після впровадження інноваційної технології зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням. В експерименті брали участь дівчатка і хлопці 16-17 років КУО СОШ № 75 Дніпропетровського міського ради, КУО СОШ № 10 ім. І.І. Манжури Дніпропетровського міського ради г. Дніпропетровська. Метою дослідження було визначення впливу інноваційної технології на теоретичну підготовленість старшокласників. Встановлено, що в початку експерименту більшість показників теоретичної підготовленості дівчаток і хлопців знаходились на низькому рівні. Після експерименту визначена позитивна динаміка змін, під впливом запропонованої інноваційної технології.

Ключевые слова: теоретическая подготовленность, старшокласники, самостоятельные занятия, инновационная технология, физическое воспитание.

Annotation

In the article the indexes theoretical preparedness are represented before and after introduction of innovative technology of strengthening health of children senior school age in the process of independent classes in Physical Education. The girls and boys of 16-17 years from schools № 10 and 75 were involved in this experiment. A research aim was determination of influence innovative technology on theoretical preparedness of senior pupils. It is set that at the beginning of experiment most indexes of theoretical preparedness of girls and youths were at low level. And after an experiment the positive dynamics of changes is certain, under act of the offered innovative technology.

Key words: theoretical preparedness, high school students, self-study, innovative technology, physical education.

Постановка проблеми.

В останні роки простежується тенденція до зниження рівня здоров'я, рухової активності та активного способу життя старшокласників. [5, 9]. Крім того, фізкультурно-оздоровча діяльність не входить у коло життєво важливих потреб у більшості школярів [1, 3, 10].

Важливим напрямком вирішення цієї проблеми, на думку багатьох вчених [2, 5, 6, 8], є виховання відповідальності в учнів за свій фізичний стан, що, у свою чергу, зумовить підвищення усвідомленого ставлення до самостійного виконання учнями фізичних вправ, дотримання правил особистої гігієни та раціонального харчування, загартування, активного відпочинку, що підвищить рівень їх фізичного стану [5, 8].

Сьогодні теоретичні знання з фізичної культури у системі шкільної освіти є складовою частиною процесу фізичного виховання, підґрунтям підвищення мотивації та інтересу до самостійних занять фізичною культурою [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як визначають К.В. Григор'єва [1], Н.Г. Долбишева [2], Т.Ю. Круцевич [3], О.А. Томенко [9], основою формування теоретичних знань з фізичної



Таблиця 1

Показники теоретичної підготовленості дівчат досліджуваних груп до та після експерименту

Етап експ-ту Показники	До експерименту		p1	Після експерименту		p
	ЕГ1 (n=25)	ЕГ2 (n=16)		ЕГ1 (n=25)	ЕГ2 (n=16)	
\bar{x}	9,72	9,86	p > 0,05	19,96	18,81	p < 0,05
σ	1,11	0,88		1,28	1,33	
V	17,46	18,96		6,41	7,09	
m	0,22	0,18		0,26	0,27	

p1 – достовірність різниці при порівнянні результатів експериментальних груп ЕГ1 та ЕГ2 до експерименту;

p – достовірність різниці при порівнянні результатів експериментальних груп ЕГ1 та ЕГ2 після експерименту.

культури, які є необхідною складовою фізкультурної освіти – є рухові вміння та навички, за рахунок яких виконуються різноманітні фізичні вправи. Таким чином, теоретичні знання безпосередньо впливають на якість процесу фізичного виховання учнів.

На думку вчених [2, 8] формуванню теоретичних знань з фізичної культури у старшокласників буде сприяти розробка відповідних програм і побудова навчального процесу так, щоб теоретичний матеріал засвоювався

в процесі занять, з метою підвищення мотивації до самостійних занять фізичними вправами, підвищення потреби в здоровому способі життя, а також сприяння вирішенню всіх завдань, які стоять перед процесом фізичного виховання в школі [4, 5].

Науковці Н.В. Москаленко [4], М.В. Пороховська [7] відзначають, що для того, щоб досягти результатів у покращенні теоретичної підготовленості школярів, необхідні принципово нові підходи, методи та інноваційні тех-

нології, які повинні відповідати індивідуальним особливостям, сприяти максимальній ефективності реалізації їх інтересів і здібностей.

Аналізуючи наукові джерела, можна стверджувати, що новітні інноваційні технології несуть у собі не стільки предметний зміст, скільки такі способи організації різних видів діяльності учнів й організаційні форми освітнього процесу, при використанні яких створюються оптимальні можливості для навчання.

Але технології в освітній процес впроваджуються повільно. Тим більше, що методичну основу більшості технологій складають диференціація та індивідуалізація навчання, тим самим радикально перебудовуючи процес навчання [4, 7, 10].

Вищенаведене актуалізує питання, щодо використання в навчальному процесі інноваційної технології для підвищення рівня теоретичної підготовленості старшокласників.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дослідження виконано згідно з державною бюджетною науково-дослідною темою Міністерства освіти і науки України «Науково-теоретичні основи інноваційних технологій фізичного виховання різних груп населення» (номер державної реєстрації 0113U001406) на 2012-2015 рр., яка виконується у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту та згідно з державною бюджетною науково-дослідною темою Міністерства освіти і науки України «Розробка та реалізація оздоровчих інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U003476) на 2016-2017 рр.

Мета дослідження: визначити вплив інноваційної технології зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі само-

Таблиця 2

Показники теоретичної підготовленості юнаків досліджуваних груп до та після експерименту

Етап експ-ту Показники	До експерименту		p1	Після експерименту		p
	ЕГ3 (n=26)	ЕГ4 (n=17)		ЕГ3 (n=26)	ЕГ4 (n=17)	
\bar{x}	7,34	7,88	p > 0,05	15,15	14,29	p < 0,05
σ	1,04	1,74		1,43	0,82	
V	20,10	22,14		6,17	5,38	
m	0,21	0,35		0,29	0,16	

p1 - достовірність різниці при порівнянні результатів експериментальних груп ЕГ3 та ЕГ4 до експерименту;

p - достовірність різниці при порівнянні результатів експериментальних груп ЕГ3 та ЕГ4 після експерименту.



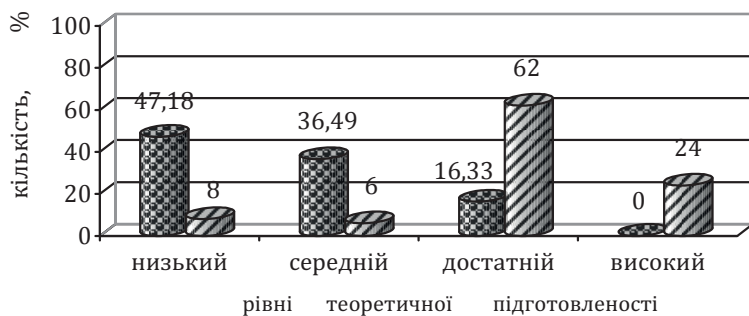


Рис. 1. Співвідношення рівнів теоретичної підготовки дівчат ЕГ1 (n=25) до та після експерименту, %

Примітки:  – до експерименту  – після експерименту

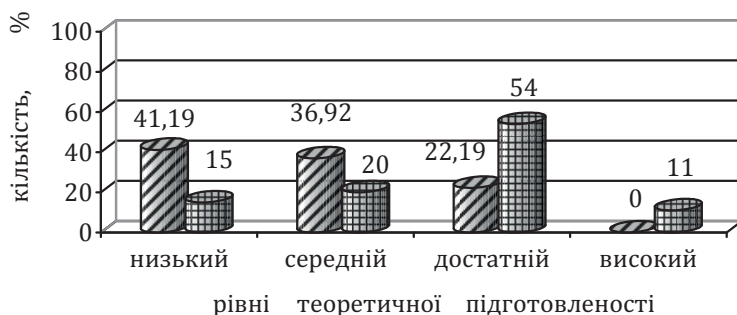


Рис. 2. Співвідношення рівнів теоретичної підготовки дівчат ЕГ2 (n=16) до та після експерименту, %

Примітки:  – до експерименту  – після експерименту

стійних занять фізичним вихованням на показники теоретичної підготовленості школярів.

Методи дослідження. Аналіз науково-методичної літератури, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Організація дослідження. У дослідженні взяли участь дівчата та юнаки 16-17 років КЗО СЗШ № 75 Дніпропетровської міської ради, КЗО СЗШ № 10 ім. І.І. Манжури Дніпропетровської міської ради м. Дніпропетровська. З них було скомплектовано чотири експериментальні групи. Більшість дівчат 16 років, які увійшли до складу першої експериментальної групи (ЕГ1) обрали для само-

стійних занять фізичним вихованням – танцювальну аеробіку (46,54% (n= 25); дівчата 17 років другої експериментальної групи (ЕГ2) виявили бажання самостійно займатись фітбол-аеробікою (43,26% (n=16). Юнаки 16 років третьої експериментальної групи (ЕГ3) обрали для самостійних занять – атлетичну гімнастику (65,01%, (n=26); Юнаки 17 років які увійшли до четвертої експериментальної групи (ЕГ4) обрали – оздоровчий біг (52,19%, (n=17).

Результати дослідження та їх обговорення. Для ефективного впровадження системи залучення школярів до самостійних занять фізичним вихованням, формуван-

ня в них особистісної фізичної культури, підвищення рівня їх теоретичної підготовленості нами була розроблена і впровадженні інноваційна технологія зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням.

В основу інноваційної технології покладені підходи до формування здоров'я та здорового способу життя: ознайомлення їх з різноманіттям традиційних і інноваційних засобів та методів збереження і зміцнення здоров'я, виховання в них потреби в здоровому способі життя.

Інноваційна технологія містить сім основних складових: мету, завдання, принципи, умови, етапи впровадження, спрямованості та критерії ефективності, що в свою чергу включають складові, які пов'язані між собою і у комплексі вирішують завдання підвищення теоретичної підготовленості дітей старшого шкільного віку, та залучення їх до активних систематичних самостійних занять фізичним вихованням.

Розроблена інноваційна технологія передбачає використання традиційних та інноваційних форм, засобів і методів організації теоретичної підготовки: факультативні заняття, семінарські заняття, лекції, бесіди та дидактичні ігри з використанням комп'ютерних технологій (Scratch-програми), метою яких було виявлення і розкриття учнівських можливостей, творчих здібностей, самовдосконалення, отримання естетичного задоволення і радості від спілкування і процесу гри.

Саме методи комп'ютерного програмування («scratch-інструкції», «scratch-списки», «scratch-огляд», «scratch-інформацію до роздуму», «розважальний scratch», «scratch-пояснення», «scratch-аргументацію», «scratch-презентацію», «scratch-інфографіку», «scratch-рейтинг та scratch-



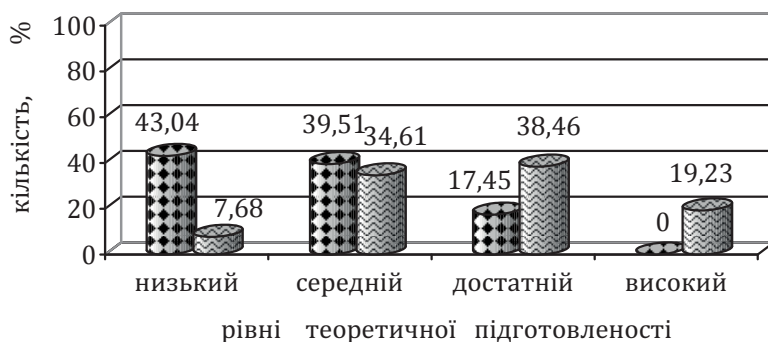




Рис. 3. Співвідношення рівнів теоретичної підготовленості юнаків EG3 (n=26) до та після експерименту, %

Примітки:  – до експерименту  – після експерименту



Рис. 4. Співвідношення рівнів теоретичної підготовленості юнаків EG4 (n=17) до та після експерименту, %

Примітки:  – до експерименту  – після експерименту

порівняння») ми використовували для підтримки інтересу до навчання, розвивати пізнавальну активність, збуджувати бажання до самостійного, свідомого пошуку інформації.

Отримані дані дослідження дають можливість говорити про те, що на початку експерименту рівень теоретичної підготовленості експериментальних груп знаходився на одному рівні, оскільки не мав достовірної різниці між результатами ($p > 0,05$). Були побудовані гістограми розподілу для кожного випадку. Результати дають можливість констатувати, що вибірки підпорядковуються законам нормального розподілу.

Результати дослідження вихідного рівня теоретичної підготовленості школярів до експерименту виявили низький її рівень, оскільки школярі усіх експериментальних груп дали таку кількість правильних відповідей на тестові питання, яка відповідає незадовільній оцінці.

Середня кількість правильних відповідей дівчат EG1 до експерименту дорівнювала $9,72 \pm 1,11$ балів, у дівчат EG2 $9,86 \pm 0,88$ балів відповідно (табл. 1).

На рисунках 1, 2 можна побачити, як змінилося співвідношення правильних відповідей дівчат EG1 та EG2. У більшості дівчат EG1 та EG2 після експерименту

відбулось значне покращення результатів. Так, до експерименту дівчата EG1 та EG2 мали низький рівень теоретичної підготовленості (47,18%; 41,19% відповідно), після експерименту цей показник достовірно зменшився і складає 8% дівчат EG1 та 15% дівчат EG2.

Середній рівень теоретичної підготовленості до експерименту виявлено у 36,49% дівчат EG1 та 36,92% дівчат EG2, а після експерименту цей показник знизився до 6% у дівчат EG1 та 20% у дівчат EG2. Натомість достовірно збільшився показник дівчат, які відповідали на достатній рівень, до експерименту він складав 16,33% дівчат EG1 та 22,19% дівчат EG2, а після експерименту 62% дівчат EG1 та 54% дівчат EG2.

Високого рівня теоретичних знань до експерименту в EG1 та EG2 не було зафіксовано, а після експерименту вже 24% дівчат EG1 та 11% дівчат EG2 досягли цього рівня.

Більшість юнаків EG3 до експерименту мали низький та середній рівні теоретичної підготовленості 43,04% та 39,51% відповідно. Після експерименту оцінки підвищилися до достатнього та високого рівнів у 38,46% та 19,23% відповідно школярів. Дані представлені на рисунку 3.

Більшість юнаків EG4 також до експерименту мали низький і середній рівні теоретичної підготовленості 44,69% та 35,19% відповідно. Після експерименту результати покращилися. Тепер до низького рівня відносяться 17,65% юнаків, до середнього рівня – 25,53%, на достатній – 41,18% і на високий рівень – 17,65%. Результати тестування теоретичних знань юнаків EG4 представлені на рисунку 4.

Таким чином, можна стверджувати, що інноваційна технологія з метою опанування теоретичними знаннями є ефективною. Оскільки впровадження в освітній процес інноваційних



форм, заснованих на засадах комп'ютерного навчання з використанням дидактичних ігор і технологій комп'ютерного програмування здійснили позитивний ефект. При цьому приріст показників теоретичної підготовленості, завдяки комп'ютерним технологіям, сприяв повноцінному засвоєнню теоретичного матеріалу.

Висновок:

Аналізуючи науково-методичну літературу, можна стверджувати, що на сьогодні однією із пріоритетних задач фізичного виховання являється підвищення рівня рухової активності підлітків, де значну роль відіграють самостійні заняття фізичною культурою і спортом, ефективність яких залежить від інтересів, мотивів, вікових особливостей і рівня теоретичних знань дітей старшого шкільного віку, що позитивно впливає на їх зацікавленість до різних видів рухової активності.

З метою підвищення теоретичної підготовленості дітей старшого шкільного віку було запропоновано інноваційну технологію яка включала використання інформаційно-технічних засобів і системи контролю. Запропонована інноваційна технологія зміцнення здоров'я старшокласників містить сім основних складових: мету, завдання, принципи, умови, спрямованості та етапи впровадження, критерії ефективності, що в свою чергу включають складові, які пов'язані між собою та у комплексі вирішують завдання залучення старшокласників до самостійних занять фізичним вихованням та здійснюють комплексний теоретичний вплив на свідому, чуттєво-емоційну та діяльну сфери особистості.

Перспективи подальших досліджень в цьому напрямку

можуть здійснюватися шляхом визначення впливу запропонованої інноваційної технології зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням на показники здоров'я, рівня фізичної підготовленості та рухової активності школярів.

Література:

1. Григорьева Е.В. Оценка теоретической подготовленности детей старшего школьного возраста при помощи информационных технологий в физической культуре и спорте / Е.В. Григорьева // Материалы всерос.науч.-практ.конф. – СПб. Москва. 2014. – 248 с.
2. Долбишева Н.Г. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання у старшокласників: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Н.Г. Долбишева; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. — К., 2006. — 21 с.
3. Круцевич Т. Підходи до оцінки теоретичних знань з фізичної культури дітей середнього шкільного віку. / Т. Круцевич, О. Іщенко, В. Семенов // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ, ДДІФКіС. 2014. – № 1. – С. 68 – 73.
4. Москаленко Н.В. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н.В. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19-22.
5. Панченко С.В. Стан здоров'я учнів 6-17 років в процесі оздоровлення засобами фізичного виховання / С.В. Панченко, І.О. Березова //

Матеріали VI Міжнародної електронної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених «Актуальні питання фізичної культури». – 20-24 квітня 2015 р. – Оdesa: видавець Букаєв Вадим Вікторович. – С. 23-24.

6. Подоляка А.Є. Мотивація студентів з низьким рівнем здоров'я до самостійних занять фізичним вихованням /А.Є. Подоляка, О.Є. Безніс // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Чернігів, 2013. – С. 196-198.
7. Пороховская М.В. Анализ использования информационных технологий в физической культуре и спорте / М.В. Пороховская // Молодая спортивная наука Беларуси: материалы Междунар.науч.-практ.конф. Минск, 8-10 апр. 2014 г.: в 3 ч./ БГУФКиС. 2014. – Ч.1. – С. 149-152.
8. Сайчук М.М. Ціннісна орієнтація старшокласників до отримання теоретичних знань із фізичної культури. / М.М. Сайчук // Молода спортивна наука України: зб.наук.праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Вип.15: у 4-х т. – Л.: ЛДУФК. – 2011. – Т.2. – С. 227-232.
9. Томенко О.А. Теоретико-методологічні основи неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді: автореф. ...дис.д.фіз.вих.: НУФВСУ, 2012. – 39с.
10. Kjenniksen L. Attitude to physical education and participation in organized youth sports during adolescence related to physical activity in youth adulthood. In: Research Quarterly for Exercise and Sport. – 2010. – P.163-175.

