



STATE OF FORMATION OF PHYSICAL CULTURE OF STUDENTS OF SENIOR CLASSES IN THE CONDITIONS OF DIFFERENTIATED EDUCATION

СТАН СФОРМОВАНОСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО НАВЧАННЯ

Honchar H.

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports,

Associate Professor

<https://orcid.org/0000-0003-2690-4326>

Zatulyviter A.

Trainee teacher

<https://orcid.org/0009-0005-8417-2161>

Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University,

Uman, Sadova Street, 28, 20300

Анотація. Диференційований підхід до навчання – це створення педагогом невеликих груп всередині школи, класу (з урахуванням особистісних якостей учнів, їх нахилів, інтересів, здібностей, рівня готовності) і організація навчально-виховної роботи, що сприяє розвитку цих груп. Мета диференційованого підходу – пристосувати умови навчання до особливостей різних груп учнів та забезпечити кожному учневі оптимальний характер пізнавальної діяльності у процесі навчальної роботи на кожному етапі уроку. У статті розглянуто проблему використання диференційованого навчання в освітньому процесі та під час занять з фізичної культури.

Використовування внутрішньо класного рівня диференціації, в межах якого учні розподілялися на групи, виходячи з показників розвитку їхніх фізичних якостей і рівня сформованості рухових навичок, умінь, ряд авторів роблять акцент на поетапному навчанні учнів техніці рухів з певних видів спорту, які у подальшому віковому періоді будуть вдосконалюватися. Таким чином вони уявляють сутність фізкультурної освіти своїх учнів.

Ключові слова: освіта, диференційоване навчання, фізична підготовка, психологія, здоров'я.

Вступ.

Оригінальність підходів до фізичного виховання, в інтерпретації авторів, постає у тому, що кожному учню підбирається індивідуальний набір засобів і методичних прийомів щодо формування рухових навичок, розвитку в учнів фізичних якостей. Залежно від індивідуальних особливостей учня, формування рухових умінь і навичок у нього відбувається в індивідуальному темпі. Учні, які мають найбільш високий рівень фізичної підготовленості, долають усі етапи засвоєння навичок (ознайомлення, формування, закріплення, вдосконалення). Найбільш слабкі з них навчаються за скороченою програмою (без виходу на етап вдосконалення умінь і навичок).

Зміцнення і збереження здоров'я дітей засобами фізичного виховання є генеральною метою, яка визначена у сучасній шкільній програмі з фізичної культури, вона орієнтує всіх учнів на виконання тестів, нормативів. В них система оцінювання рівня фізичної підготовленості учнів з урахуванням лише їхньої статі, віку. На противагу цьому деякі автори пропонують методи діагностики рівнів здоров'я учнів засобами кількісного виміру резервів їхнього організму. Вони виходять з тієї аксіоми, яку встановив М. Амосов, а саме:



природа заклала резерви здоров'я в кожну людину з достатньо великим запасом. Але ж заклала таким чином, що вони зберігаються, якщо ними правильно користуватися. Без тренування резерви здоров'я вгасають [4].

Виклад основного матеріалу.

Проаналізовані навчальні програми у сукупності комплексно відображають педагогічний процес з формування фізичної культури школярів. Їхній зміст орієнтує діяльність вчителя й учнів на творчий пошук себе у контексті фізичної культури, демонструє шляхи поступової трансформації від учня – об'єкта педагогічних впливів до учня – суб'єкта власної фізкультурної активності. Запропоновані авторами програм структури, їх цільова спрямованість, завдання і засоби щодо їх реалізації мають різнорівневий зміст, коли кожному етапу навчання у школі відповідає певний рівень фізкультурної освіти, сформованість в учнів навичок самостійної та інструкторської діяльності, резервні можливості організму учнів [2].

Поряд з цим, ми вважаємо, що зміст формування фізичної культури учнів у проаналізованих нами програмах штучно обмежений віковими рамками. На нашу думку, формування фізичної культури учнів має починатися ще раніше, ніж у молодшому шкільному віці, мати особистісно збагачувальний характер за мірою опанування індивідуумом цінностей фізичної культури. Структура, зміст, специфіка програмно-методичного забезпечення формування фізичної культури учнів має передбачати задоволення права кожної дитини на активну фізкультурну діяльність, дорослішання, самоствердження. При цьому, арсенал засобів фізичного виховання, стиль взаємовідносин учнів і вчителя у діяльності, обсяг самостійності щодо вдосконалення власного і оточуючого середовища мають програмуватися і змінюватися відповідно до життєвого досвіду учня, його соціального статусу, індивідуальних планів школяра.

Соціально-економічні зміни та воєнний стан у сучасному суспільстві визначають актуальні тенденції його розвитку, а саме - вирішення проблеми збереження організму людини за умови якісної її життєдіяльності, підсилення гуманістичних явищ за умови реалізації нових соціальних завдань. Реалії сучасності демонструють вірогідність того, що чинниками успіху суспільства стає спосіб життя кожного його суб'єкту. Ступінь цивілізації, рівень розвитку і якість життя певної держави слід визначати за показниками здоров'я його суб'єктів, за показниками рівня сформованої фізичної культури кожної особистості держави [6].

Засоби фізичного виховання і форми роботи, які сприяють задоволенню біологічних потреб підростаючого покоління у руховій активності впродовж всього життя, є найбільш доступними серед інших заходів здорового способу життя (М.Амосов). Однак, аналітичні матеріали (анкетування, спостереження, співбесіди зі школярами різних вікових груп) дають інформацію про те, що більшість учнів не використовують засоби фізичної культури у структурі власного способу життя. Рухова активність не стала для них головним чинником формування, зміцнення, збереження і відновлення здоров'я. Поряд з цим, чисельні дослідження вчених свідчать про те, що в умовах школи учнівська потреба у рухах не задовольняється в повній мірі. Дефіцит у руховій



активності, насильне обмеження можливостей шкільного режиму негативно впливають на фізичний розвиток, стан здоров'я, імунітет, рівень працездатності школяра. Урок фізичної культури, який має на меті перш за все активізувати руховий режим школяра, задовольняє потребу в рухах лише на 11 – 13 % [7].

Дослідженнями встановлено, що нестача або надлишок зовнішніх впливів рухової активності на органи і системи організму дитини призводять до їхньої дисгармонії, що обумовлює конфлікт організму із середовищем, і навпаки - показники гармонійності є наслідком рівномірної та оптимальної реалізації генетичних передумов морфофункціонального розвитку дитини у сприятливих умовах середовища. Систематичне фізичне тренування, оптимальне за своїми кількісними й якісними параметрами, вченими і практиками відноситься до важливої умови підвищення рівня здоров'я організму людини. В цих і багатьох інших дослідженнях йдеться про відповідність фізичного навантаження природним потребам і можливостям тих, хто займається фізичними вправами.

Стратегію розвитку України можна розглядати як вихід із авторитарно побудованого суспільного устрою, який гальмував творчий розвиток людини, її самоактуалізацію і особистісне визначення [1, 4]. У навчальному закладі будь-якого типу відображаються і моделюються ті суспільні відносини, які відбуваються у світі. Саме тому у центрі реформації та модернізації освіти України опинилась людина, її потреби, інтереси, пов'язані з ними цілі, завдання. Такий підхід передбачає зміну вимог до освіти і виховання загалом, до фізичного виховання – зокрема [5].

Національною Доктриною розвитку освіти визначені пріоритетні напрямки державної політики щодо розвитку освіти, які акцентують увагу освітян на особистісній орієнтації навчання, виховання, формуванні загальнолюдських цінностей, постійному підвищенні якості освіти, оновленні її змісту і форм організації навчально-виховного процесу [8]. У цьому контексті актуальним стає вирішення проблеми організації педагогічного процесу, природовідповідність якого постає у виявленні та розвитку головних потенційних можливостей кожного учня, а гуманізація – у визначенні актуальних для кожної особистості пріоритетів, відповідних до них завдань і комфортних способів їх реалізації. Необхідним стає створення такого педагогічного процесу, який, з одного боку, враховував би об'єктивні потреби і закономірності розвитку суспільства, а з іншого – був би демократичним, сприймався всіма його учасниками (суб'єктами), поєднувався б з їхньою якісною життєдіяльністю, забезпечував би орієнтацію на ідеальну мету – всебічний розвиток особистості.

Школа завжди ставила за мету розвиток дитини. Цю мету постійно декларували як завдання всебічного, гармонійного розвитку особистості учня. У попередні роки фахівцями різних наукових галузей визначалися моделі гармонійного розвитку особистості у вигляді соціокультурних еталонів, які необхідно досягти, вдосконалити. Особистість школяра тривалий час розглядали як носія певних зразків - виразників змісту державних стандартів. При цьому вчитель знаходився у позиції суб'єкта, а учень – у позиції об'єкта. Саме тому процес навчання і виховання будувався, виходячи з провідної



функції зовнішніх педагогічних впливів (ролі вчителя, колективу, групи, батьків). Аналогічно відпрацьовувалися й дидактичні моделі.

Зокрема, головним чинником гуманізації та демократизації освіти вважався принцип індивідуалізації і диференціації навчання і виховання учнів. В основу досліджень проблеми індивідуалізації й диференціації рухової активності учнів, їхніх рухових режимів вчені закладали показники психофізіологічного розвитку і параметри фізичної підготовки. Тому поетапний аналіз рівнів фізичної підготовленості учнів тривалий час був одним з надійних шляхів гуманізації навчально-виховного процесу з фізичної культури [3].

Логіка викладу означених досліджень така: індивідуальні особливості організму дитини проявляються у кількісних параметрах будь-якої його функції, що характеризується для кожного віку школярів середнім нормативним показником у прояві фізичних якостей. Відхилення від середніх показників пов'язане з індивідуальними відхиленнями у психофізіологічному розвитку і поряд з цим демонструють діапазон адаптаційних можливостей організму, в основі яких знаходяться пристосувальні можливості фізіологічних систем. У період активного зростання і розвитку людини енергетичний потенціал витрачається на формування окремих органів і систем організму. Якщо цю енергію посилено витрачати на виконання великого обсягу фізичних вправ, то можливо завдати шкоди організму, який зростає. Біологічна надійність – це такий рівень регулювання і взаємозв'язків елементів біологічного процесу, на якому забезпечується оптимальна рухова діяльність системи або організму в цілому за певний відрізок часу і при певних умовах [2].

В результаті досліджень визначено, що методика фізичного виховання дітей, яка орієнтована на вікові особливості “пересічного школяра”, не може бути ефективною. Тому була висунута ідея диференційованого фізичного виховання, відпрацьовувалися методики, які враховували як вікові, так й індивідуальні можливості учнів відповідно до типологічних рівнів їхнього фізичного розвитку і фізичної підготовленості [4].

Наступні дослідження визначили ефективність диференціації різних структурних компонентів фізичного виховання, а саме:

диференціація тренувальних режимів на основі кореляційного взаємозв'язку між кількісною і якісною величиною індексу фізичного розвитку і результатами рухових тестів, які відображають рівень розвитку основних фізичних якостей, на основі результатів експрес-оцінки рівня фізичної підготовленості „Перевір себе” [3]. Автори пропонують формули визначення певних показників рухових тестів, які відображають фізичну підготовленість учнів, у яку треба підставити номер групи, що встановлений за величиною індексу фізичного розвитку, співвіднести визначений результат з фактичним і встановити, яка фізична якість розвинута слабо і вимагає додаткового тренування;

диференційована фізична підготовка учнів залежно від морфофункціонального розвитку, біологічного віку дітей, їхньої адаптації до різних видів рухів. На основі експрес-оцінки рівня фізичного розвитку учнів за антропометричними показниками пропонується підрозділяти учнів на підгрупи



з пропорційною будовою тіла (підгрупи А, С, Р) і підгрупи учнів з відхиленнями у будові тіла. Це учні, в яких перебільшена або недостатня маса тіла, з порушеннями постави (підгрупи НВ і О). Для учнів кожної підгрупи розроблені певні програми фізичної підготовки, в основі яких закладені вправи на підвищення індивідуальних показників, які в цього учня нижче середнього рівня розвитку;

диференціація процесу навчання учнів з урахуванням їхнього здоров'я за медичними групами, дозованими фізичними навантаженнями (згідно стану здоров'я) і оптимальною руховою активністю.

диференціація змісту навчання (за календарним плануванням). При цьому враховуються “бали здоров'я класу”, які визначаються за загальною сумою рівнів фізичної підготовленості кожного учня класу відповідно до тестових результатів (А. Бакланов, 1989 р.), з урахуванням рівня сформованості рухових навичок і рівня фізичної підготовленості [5];

диференціація процесу фізичного виховання залежно від індивідуальних особливостей вищої нервової діяльності (Т. Круцевич, 1981 р.; Л. Волков, 1984). Пропонується підрозділяти учнів одного паспортного віку за ознаками врівноваженості нервових процесів на три підгрупи („збуджені”, „врівноважені”, „загальмовані”). Використовувати прогностичні моделі, які засновані на визначені стабільних функціональних ознак з метою диференційованого програмування рівня прояву рухових здібностей і вірогідних проявів пристосувальних реакцій організму учнів [5].

Висновок.

Вищезазначені дослідження мають певне методологічне значення для сприйняття і впровадження в практику шкільного фізичного виховання. В них простежується наступне: з'явилася аргументація необхідності індивідуального і диференційованого підходів до дітей під час навчання їх рухів і формуванні рухових навичок. Це підкріплюється різноманітними наборами діагностичних методик, які дозволяють визначати рівні гармонійного фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів. Розроблені технології диференційованих педагогічних впливів на учнів у процесі занять з розвитку і вдосконалення їхніх фізичних якостей, засвоєння ними рухових вмінь та навичок, профілактиці захворювань, реабілітації здоров'я.

Однак, не знижуючи теоретичної значущості вищезазначених робіт, ми вважаємо, що в них, як і в більшості інших, не робиться акцент на особистісно зорієнтований підхід до учнів під час планування роботи з фізичного виховання, в реалізації основних напрямків його технології, не простежується врахування рівневого підходу щодо розвитку особистості. Запропоновані методики діагностування фізичного розвитку, фізичної підготовленості учнів зводяться до співставлення з „математично розрахованою” гармонійною особистістю, до єдиного цифрового варіанту (усередненість фізичного виховання).

Необхідно відзначити, що проблему диференціації навчання і виховання учнів досліджували на різних рівнях її реалізації також інші вчені і педагоги. Вагомим внеском до цієї проблеми, на нашу думку, є концептуальні підходи А.



Фурмана, які визначають два рівні диференціації під час організації й реалізації навчально-виховного процесу [5]. А саме:

- *дидактичний рівень диференціації* – це поділ цілісного навчально-виховного процесу на певні методологічні складові (мета, цілі, завдання, зміст, способи навчання), тобто – здійснення диференціації навчання, виходячи з визначених навчально-виховних цілей, завдань;

- *психологічний рівень диференціації* здійснюється на засадах врахування наступних критеріїв:

1) потреб особистості (Абрахам Маслоу). Це потреби фізіологічні; потреби у безпеці, любові; потреби у соціальній приналежності, оцінці; потреби у самоповазі; потреби у самоактуалізації;

2) цілісних особистісних якостей, які визначаються за мотиваційною, змістовною й операційною основами (Г. Костюк);

3) результатів аналізу структури вчинку, що зазначаються на ситуативному, мотиваційному, дієвому, післядієвому рівнях (В. Роменець).

У сучасній педагогічній науці відповідно до мети навчання і виховання учнів принцип диференціації включається органічною частиною до загального комплексу дидактичних принципів.

Література:

1. Дикий О. Стан фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць № 4 (32)., Луцьк: Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2015. с. 79-82

2. Глазирін І., Архипенко В., Глазиріна В., Мицкан Б. Віково-статеві особливості біологічного дозрівання учнівської молоді визначеного за темпами статевого дозрівання. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2018. Вип. 30. С. 10-14.

3. Каськевич Т. І. Використання технології диференційованого навчання на уроках у початкових класах. URL: <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/45-p-yatnadtsyata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/281-vikoristannya-tekhnologiji-diferentsijovanogo-navchannya-na-urokakh-u-pochatkovikh-klasakh> (дата звернення 10.04.2023).

4. Сітовський А. М. Диференційований підхід у фізичному вихованні підлітків з різними темпами біологічного розвитку: автореферат. Львів: Львівський Державний університет фізичної культури, 2008. 20 с.

5. Фурман А. В. Психодіагностика інтелекту в системі диференціації навчання. Київ: Освіта, 1993. 221 с.

6. Щурова Н. В. Аналіз стану формування фізичного здоров'я старшокласників в умовах профільного навчання: науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. Луганськ, 2014 с. Вип. 31 С. 193-196

7. Є. Ф. Сивашінская, І. В. Журлова. Педагогіка сучасної школи: курс лекцій для студентів пед. спеціальностей вузів. Мінськ: Екоперспектива, 2009.



212 c.

References:

1. Dykyi O. (2015) Stan fizychnoi pidhotovlenosti uchniv starshoho shkilnoho viku. Fizychno vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi [The state of physical fitness of high school students. Physical education, sports and health culture in modern society]: zbirnyk naukovykh prats., Lutsk: Skhidnoievropeiskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky. 4 (32) pp. 79-82
2. Hlazyrin I., Arkhylenko V., Hlazyrina V., Mytskan B. (2018) Vikovo-statevi osoblyvosti biolohichnoho dozrivannia uchnivskoi molodi vyznacheno za tempamy statevoho dozrivannia [Age-sex characteristics of the biological maturation of school youth determined by the rates of puberty]. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura. 30. pp. 10-14.
3. Kaskevych T. I. Vykorystannia tekhnologii dyferentsiiovanoho navchannia na urokakh u pochatkovykh klasakh [The use of differentiated learning technology in lessons in primary grades]. URL: <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/45-p-yatnadtsyata-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/281-vikoristannya-tekhnologiji-diferentsijovanogo-navchannya-na-urokakh-u-pochatkovikh-klasakh> (data zvernennia 10.04.2023).
4. Sitovskiy A. M. (2008) Dyferentsiiovanyi pidkhid u fizychnomu vykhovanni pidlitkiv z riznymi tempamy biolohichnoho rozvytku [Differentiated approach in physical education of teenagers with different rates of biological development]: avtoreferat. Lviv: Lvivskiy Derzhavnyi universytet fizychnoi kultury,. 20 p.
5. Furman A. V. (1993) Psykhodiahnostyka intelektu v systemi dyferentsiatsii navchannia [Psychodiagnostics of intelligence in the system of learning differentiation]. Kyiv: Osvita,. 221 p.
6. Shchurova N. V. (2014) Analiz stanu formuvannia fizychnoho zdorovia starshoklasnykiv v umovakh profilnoho navchannia [Analysis of the state of formation of physical health of high school students in the conditions of specialized training]: naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Pedagogika. Sotsialna robota. Luhansk,. Vyp. 31 p. 193-196
7. Ie. F. Sivashinskaia, I. V. Zhurlova (2009) Pedagogika suchasnoi shkoly [Pedagogy of the modern school]: kurs lektsii dlia studentiv ped. spetsialnosti vuziv. Minsk: Ekoperspektiva,. 212 p.

Abstract. *A differentiated approach to learning is the creation by the teacher of small groups within the school, class (taking into account the personal qualities of students, their inclinations, interests, abilities, level of readiness) and the organization of educational work that contributes to the development of these groups. The purpose of the differentiated approach is to adapt the learning conditions to the characteristics of different groups of students and to provide each student with the optimal nature of cognitive activity in the process of educational work at each stage of the lesson. The article discusses the problem of using differentiated learning in the educational process and during physical education classes.*

Using the internal class level of differentiation, within which students were divided into groups, based on indicators of the development of their physical qualities and the level of formation of motor skills, abilities, a number of authors emphasize the step-by-step training of students in the technique of movements from certain types of sports, which in the subsequent age period will be improved. In this way, they imagine the essence of the physical education of their students.

Comprehensive personality development as a humanistic ideal in pedagogical activity, we consider as a process of self-development of a person who masters the main task of his own life, using for this purpose the entire range of possibilities of universal culture. In this definition, the authoritative position for us is the position of scientists who develop the concept of a person-oriented approach to the education and upbringing of the younger generation.

Key words: *education; differentiated education; callisthenics; psychology; health.*