



Теоретична підготовка школярів як складова процесу фізичного виховання

Лисак І. В., Яремчук П. В.

Вінницький національний медичний університет, кафедра фізичного виховання та ЛФК, Вінниця, Україна

Анотація. Розглянуто цінність теоретичних знань в галузі фізичної культури для активізації пізнавальної діяльності учнів 8-х класів. А також їх зацікавленого ставлення до відповідних знань у цій навчальній дисципліні.

Ключові слова: теоретичні знання, фізична культура, школярі.

Вступ. Процес фізичного виховання школярів згідно з навчальною програмою з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл передбачає оволодіння учнями певним обсягом знань, відомостями, інформацією з фізичної культури та спорту [4]. Але, на жаль в школі упускається вирішення таких важливих завдань, як формування у школярів глибоких і достатньо повних знань про свій фізичний стан і шляхи його покращення, а також виховання інтересів, потреб, які орієнтують людину на здоровий спосіб життя, на самостійну цілеспрямовану діяльність з вдосконалення власного тіла.

Сучасний недостатньо високий рівень фізичної підготовки школярів пов'язаний із тим, що фізична культура, незважаючи на розмаїття практичних розробок, методичних рекомендацій, ще не стала, як показують відповідні дослідження, привабливою для їх індивідуального розвитку [3].

В наш час, загальноосвітні заклади переходять на навчання учнів за новим освітнім стандартом, який побудований на компетентнісному підході. Результатом освітнього процесу повинен бути школяр, який володіє креативним мисленням, здібністю приймати рішення, легко орієнтуватися в сучасних інформаційних потоках, тобто для більшості керівників та педагогів на першому плані – як і раніше є якість знань з предметів природничої та гуманітарної спрямованості. Тенденція показує, що в майбутньому учні ще більше часу витратять за комп'ютером для виконання домашніх завдань і вік дітей, які активно використовують інформаційно-комунікаційні



технології будуть знижений, аж до учнів початкової школи [1].

Як стверджують вчені, комп'ютеризація навчального процесу має не тільки позитивні, але й негативні наслідки у вигляді зниження пошукових здібностей учнів у здобутті тих знань, які їм потрібно для тієї чи іншої життєвої ситуації. Тобто «заінформатизованість» навчального процесу знижує їх активну й пізнавальну діяльність, зокрема в необхідних знаннях із фізичної культури [3]. В той же час, постійно зростаючі вимоги до знань, вмінь та навичок, перехід до трьох уроків фізичної культури, впровадження іспиту за вибором учнів, проведення олімпіад з цієї дисципліни, диктують нові підходи до вивчення теоретичних основ фізичної культури [2, 3, 4]. Цього вимагає також демографічна і економічна ситуація в країні, коли проблеми з низькою тривалістю життя стають все більш актуальними.

Мета дослідження – визначити рівень теоретичних знань учнів середніх класів у галузі фізичного виховання.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, метод спостереження, теоретичне тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для визначення рівня теоретичних знань з фізичної культури розроблено 50 тестових питань, які охоплюють теоретико-методичні знання навчальної програми. Умовно вони були поділені на 3 блоки знань: з валеології – 28%, з історії та сучасних Олімпійських Ігор – 30%, з теорії та методики фізичного виховання – 42%. Частка кожного наведена у відсотках. Всього участь взяли 80 учнів, з них 40 дівчат та 40 хлопців 8 класу ЗОШ №4 м. Вінниці.

В таблиці 1 наочно показано відсотки правильних відповідей хлопців і дівчат за умовними блоками.

Таблиця 1

Рівень знань учнів 8-х класів за блоками

Стать	n	Відсоток правильних відповідей за блоками знань		
		валеологічні	олімпійські	теорія та методика фізичного виховання
Х	40	60,4	68,8	41,0
Д	40	63,4	70,1	44,8

Найкращі знання учні показали з олімпійської тематики. Детальний зміст питань, кількість респондентів та відсоток правильних відповідей дівчат та хлопців наведено в таблиці 2. Приблизно 90% опитаних учнів середніх класів точно знають, що є символікою Олімпійських Ігор і де зародилися Олімпійські Ігри. В деяких питаннях хлопці обізнаніші, аніж дівчата, де різниця в окремих питаннях досягає 17,5%.



Таблиця 2

Знання учнів 8-х класів з Олімпійської тематики

№	Питання	Хлопці		Дівчата	
		n	%	n	%
1.	Символікою Олімпійських Ігор є?	36	90	35	87,5
2.	Яка відстань марафонської дистанції на Олімпійських Іграх?	28	70	24	60
3.	Чим нагороджували переможців стародавніх Олімпійських Ігор?	26	65	27	67,5
4.	Де зародилися Олімпійські Ігри?	36	90	35	87,5
5.	Як називали в Стародавній Греції переможців Олімпійських ігор?	19	47,5	26	65
6.	В якому році відбулись перші сучасні Олімпійські Ігри?	21	52,5	22	55

Зовсім інша ситуація в питаннях з валеологічної проблематики. Якщо, наприклад, 80% дівчат та 70% хлопців знають, що вживання алкогольних та наркотичних речовин негативно впливає на особистість в цілому. 50% дівчат та 57,5% хлопців знають про те, що сприяє запобіганню плоскостопості; більше 80% учнів інформовані про основні заходи, щодо попередження травм під час самостійних занять фізичною культурою, то значно менше лише – 17,5% дівчат та 25% хлопців знають основний прийом самоконтролю з діяльності серцево-судинної системи у спокої і при навантаженні – це визначення показників ЧСС.

Тепер детальніше зупинимося на питаннях теорії та методики фізичного виховання, які становлять найбільшу частину тестування. Цікаво прослідкувати за тим, як учні середніх класів розуміють поняття «фізична культура» та «фізичне виховання». Серед дівчат – 30% правильно розуміють термін «фізична культура» і 52,5% – «фізичне виховання». Серед юнаків цей показник дещо нижчий і становить 27,5% та 25% відповідно. Великий відсоток дітей фізичну культуру плутають із фізичним вихованням, вважаючи що це не тільки процес формування в людині рухових умінь і навичок, а також передача спеціальних.

Переважна більшість школярів (57,5% хлопців та 70% дівчат) знають, що основним специфічним засобом фізичного виховання є фізичні вправи, а от що таке «фізичні вправи» відповіли правильно лише 15% хлопців та 12,5% дівчат. Тестування містили питання на з'ясування термінів «фізичний розвиток» та «фізична працездатність». Виявляється, лише 50% хлопців та 42,5% дівчат знають, що природний процес вікової зміни морфологічних і функціональних ознак організму, зумовлений спадковими чинниками та умовами зовнішнього середовища є фізичним розвитком.



Висновки. Проведене дослідження свідчить про недостатню освітньо-педагогічну діяльність в орієнтації школярів середніх класів на соціальну та індивідуальну цінність теоретичних знань фізичної культури, її важливості для зміцнення здоров'я й власного самовдосконалення. Педагогічні завдання, які розроблені у тестовій формі дозволили не тільки отримати об'єктивні оцінки рівня знань, вмінь і навиків учнів по основам фізкультурної діяльності, але і виявити проблеми, які виникли при засвоєнні школярами навчальної програми з предмету «фізична культура».

Перспективи подальших досліджень полягають в моніторингу знань і розробці програми методичних занять фізичної культури для учнів середніх класів.

Список використаної літератури.

1. Белоусов С. А. Современные проблемы физического воспитания в условиях лицея. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 2011. №5. С. 20-23.
2. Киреев В. Л. Новый подход к преподаванию теоретических знаний. *Физическая культура в школе*. 2010. №7. С.10-11.
3. Латыпов И. К. Урок в современной школе: проблемы и реальные возможности. *Физическая культура в школе*. 2010. №7. С. 2-10.
4. Саїнчук М. Ціннісна орієнтація старшокласників до отримання теоретичних знань із фізичної культури. *Молода спортивна наука України*. Т.2. 2011. С. 227-232.