

MODERN PROBLEMS OF POPULATION RECOVERY AND WAYS TO SOLVE IT

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-112-1-25>

СУЧАСНА ПРОБЛЕМА КОНТРОЛЬНИХ НОРМАТИВІВ ОЦІНКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ПІДЛІТКІВ 15-18 РОКІВ НА УРОЦІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Горбенко І. О.

вчитель фізичної культури

Бердянська загальноосвітня школа I-III ступеня № 4

Шастало М. М.

викладач фізичної культури

Державний навчальний заклад

«Бердянський машинобудівний професійний ліцей»

м. Бердянськ, Україна

Фізичне виховання – органічна складова системи освіти дітей, підлітків, юнаків, що сприяє формуванню всебічно духовно і фізично розвиненої людини та забезпечує безпеку її життєдіяльності [1].

Як відомо, оцінка засвоєння учнями навчальної програми з фізичного виховання здійснюється критеріями ефективності функціонування системи фізичного виховання можуть служити фактори підвищення рівня здоров'я, фізичної підготовленості, рухової активності дітей, мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом. Загальноприйнята система рухових тестів, сприяючи визначенню рівня фізичної підготовленості дітей є стимулом для подальшого формування фізичної культури. За допомогою кількісних характеристик рівня фізичної підготовленості можна індивідуалізувати і визначити ступінь впливу фізичного виховання на здоров'я учнів.

На даний момент загострюється проблема суперечності між індивідуальними функціональними можливостями організму і використанням загальних навчальних нормативів з фізичної культури. Перевага належних норм виявляється в тому, що вони за своїм змістом повинні відповідати заданому рівню фізичної підготовленості учнів, а також конкретно вказувати на розвиток тих фізичних якостей, які необхідні

для виконання досліджуваного рухової дії. Але учні одного і того ж віку неоднакові за показниками росту, ваги, функціональним і руховим можливостям. Крім того, часто спостерігається різке розходження між біологічним («фізіологічним») і календарним («паспортним») віком. Звідси випливає, що поділ дітей при здачі різних нормативів з фізичної культури тільки за віком, особливо якщо при цьому мати на увазі, що в чотирьох випадках з п'яти зріст або вага більше позначаються на результаті, чим вік, невиправдано. Однак всі навчальні програми з фізичної культури орієнтовані тільки на паспортний вік.

Система фізичного виховання, що нині існує в Україні, не досягає поставленої мети, ці питання зустрічаються у працях В. Бальсевича, В. Запорожанова (1987), Н. Фоміна, Ю. Вавилова (1991), Я. Вайнбаума (1991), Т. Круцевич (2008), Л. П. Сергієчко (2010), Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйова (2011). Державні тести не можуть відобразити реальної педагогічної динаміки формування фізичної культури. Норми тестів не відображають реальний стан розвитку фізичних якостей. Зазначені суперечності між антропометричними показниками і використанням загальних норм розвитку основних фізичних якостей і рухових здібностей що навчаються в процесі фізичного виховання визначили актуальність даної проблеми.

Фізичне виховання є цілеспрямованою, чітко організованою і планомерно здійснюваною системою фізкультурної та спортивної діяльності дітей. Воно включає підростаюче покоління в різноманітні форми занять фізичною культурою, спортом, військово-прикладної діяльністю, гармонійно розвиває тіло дитини в єдності з його інтелектом, почуттями, волею і моральністю. Мета фізичного виховання полягає в гармонійному розвитку тіла кожної дитини в тісному, органічному з розумовим, трудовим, емоційно-моральним, естетичним вихованням [2].

Практичні рекомендації

Для оцінювання учнів на уроках з фізичного виховання рекомендуємо:

- Необхідно враховувати індивідуальні норми рухової активності повинні базуватися на доцільності та користі для здоров'я, треба орієнтуватися на показники, що характеризують фізичне здоров'я учнів.
- Спрямовання вправ добирати, враховуючи вік, рівень фізичного стану і завдання занять:
- Профілактика виникнення поширення хвороби (порушення осанки, та ін.);

- Гармонійний розвиток усіх рухових якостей, враховуючі всі сенситивні періоди;
- Досягнення найкращого рівня фізичного стану, який забезпечить високий рівень фізичного здоров'я.
- Виявляти в учнів їх знання та застосовування на практиці (основні поняття визначені програмою, правила ігор (які вивчаються у закладі), розуміння процесів, що відбуваються в організмі під час виконання вправ тощо).
- Оцінювати поведінку: соціальну поведінку на уроці, відвідування спортивних секцій, участь у змаганнях, дотримання правил безпечної поведінки і збереження здоров'я на уроках та у позаурочних закладах.
- Враховувати мотивацію юнаків і дівчат до занять, стимул до систематичних занять.
- Враховувати прогрес у досягненні результатів занять фізичними вправами.

Висновки.

1. Узагальнення результатів наукових досліджень, свідчить про те, що незважаючи на увагу фахівців в галузі фізичної культури і спорту до проблеми оцінки та контролю рівня фізичної підготовленості студентів, спостерігається погіршення рівня рухових здібностей студентів, використовуються рухові тести, не враховують індивідуальні особливості організму.

2. В результаті дослідження ефективності традиційної системи фізичного виховання виявлено недостатній рівень фізичної підготовленості студентської молоді: низький рівень розвитку швидкісних здібностей і витривалості, невідповідність функціональних можливостей студентів і необхідного рівня тренувальних навантажень, що є причиною низького рівня виконання залікових нормативних вимог з фізичного виховання. Для вирішення ситуації, що склалася необхідно переглядати критерії оцінки результатів на заняттях з фізичної культури. Існує необхідність введення інших критеріїв, які дійсно говорили б про рівень фізичної досконалості людини і враховували кілька параметрів, беручи до уваги індивідуальні особливості та можливості організму.

3. Аналіз існуючих підходів до програмування фізкультурно-оздоровчих занять з учнями показав їх недостатність. На сьогодні практично відсутні науково-методичні підходи, які б давали змогу комплексно використовувати сучасні види фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізкультурно-оздоровчих занять з учнями залежно від вікових особливостей, фізичної підготовленості, статевих

відмінностей у формуванні мотиваційних пріоритетів, які сприяли б розвитку позитивної мотивації до занять фізичною культурою, формували основи самостійної оздоровчої діяльності та формували прагнення до здорового способу життя. Виникає проблема пошуку ефективних шляхів підвищення рухової активності, мотивації до занять фізичною культурою, фізичної підготовленості, а також зміцнення здоров'я учнів за рахунок упровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у систему шкільної освіти, урочні та позакласні форми занять. Фізкультура все ж колективний предмет. Але диференційований підхід можливий і тут. Так, за показниками здоров'я є основні та спеціальні медичні групи. За інтересами в системі додаткової освіти діти можуть вибрати "свій" вид спорту. І головне – індивідуалізація методик викладання.

Література:

1. Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробьев, Г. В. Безверхня. КОНТРОЛЬ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ, ПІДЛІТКІВ І МОЛОДІ. Видання 2-ге. 317 с.

2. Лихачов Б.Т.. Педагогіка: Курс лекцій / Учеб. посібник для студентів педагог, навч. закладів і слухачів ІПК і ФПК. – 4-е вид., Перераб. і доп. – М.: Юрайт-М.-607с., 2001

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-112-1-26>

ВПЛИВ НЕПРАВИЛЬНОЇ ПОСТАВИ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Лукіяничук В. Л.

*аспірант кафедри теорії та методики фізичного виховання
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова
м. Київ, Україна*

Діти 6-10 років відносяться до молодшої шкільної вікової групи та перебувають в одній із так званих вікових криз, коли вони є найбільш вразливими до впливу несприятливих факторів із високою ймовірністю формування різних функціональних розладів. Водночас цей період характеризується активними анатомо-фізіологічними змінами в організмі [9, с. 34–35].