

Анотації

У статті розкрито актуальність профільного навчання. Завдання цього дослідження – аналіз процесу профільного навчання учнів старшої школи, які навчаються за спортивним напрямом плавання. У роботі використано такі емпіричні методи: анкетування, бесіди, педагогічне спостереження. У статті представлено результати дослідження з указаної проблеми, а саме: результати анкетування вчителів фізичної культури та тренерів із плавання Луганська та області, а також бесід із ними й спостережень, що відбувались у реальних умовах проведення навчально-тренувальних занять із плаванням. Це дослідження дало змогу визначити стан профільного навчання старшокласників плавання в Луганську та області. Отримані результати є підставою для висновку про необхідність забезпечення цього спортивного напрямку методичним забезпеченням та, зокрема, які основні позиції повинні бути в них відображені.

Ключові слова: профільне навчання, аналіз, плавання.

Алёна Андросова. Анализ процесса обучения старшеклассников плаванию в школах спортивного профиля в Луганской области. В статье раскрывается актуальность профильного обучения. Задачей данного исследования является анализ процесса профильного обучения учеников старшей школы, которые обучаются по спортивному направлению "плавание". В исследовании использовались следующие эмпирические методы: анкетирование, беседы, педагогическое наблюдение. В статье представлены результаты исследования по указанной проблеме, а именно результаты анкетирования учителей физической культуры и тренеров по плаванию Луганска и области, а также бесед с ними и наблюдений, которые происходили в реальных условиях проведения учебно-тренировочных занятий по плаванию. Это исследование позволило определить состояние профильного обучения старшеклассников плаванию в Луганске и области. Полученные данные дали возможность сделать выводы о необходимости методического обеспечения этого спортивного направления и, в частности, о том, какие основные позиции должны быть в них отображены.

Ключевые слова: профильное обучение, анализ, плавание.

Alona Androsova. Analysis of Swimming Training Process of Senior Pupils in Schools of Sports Profile in Luhansk Region. The article reveals the actuality of profile education. The task of this research is the analysis of process of profile education among high school pupils who are training swimming as their profile specialization. In the research it was used following empirical methods: questionnaires, interviews, teacher observation. The article presents results of research on this problem, namely the results of the questionnaires of teachers of physical culture and coaches in Luhansk region, as well as interviews with coaches and observations that took place while training swimming. This research enabled determining the condition of swimming profile education at high school in Luhansk and Luhansk region. Obtained information made it possible to come to a conclusion about the need of sport orientation and methodological support, in particular, and which main positions should be reflected there.

Key words: profile educating, analysis, swimming.

УДК 37.037

Надія Вольчинська

Реалізація ігрового методу в навчанні дітей дошкільного віку основних умінь і навичок

Дошкільний навчальний заклад № 11 (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Один із важливих напрямів реформування освіти та культури в Україні – дошкільне виховання – ставить за мету забезпечити належне фізичне й психічне здоров'я дітей, їх повноцінний розвиток, готовність до навчання в школі.

На сьогодні дуже актуальною є проблема оптимізації навчання основних рухів дітей старшого дошкільного віку, оскільки вивчення та аналіз здобутків педагогічної й психологічної науки свідчить про те, що дошкільний період найсприятливіший для реалізації ігрового методу в навчанні цих рухів на спеціально організованих заняттях [3].

Діти, рухова активність яких відповідає нормі, значно менше хворіють. При цьому гігієнічною нормою потрібно вважати такі величини рухової активності, які повністю задовольняють біологічну потребу в рухах, відповідають функціональним можливостям організму, сприяють зміцненню здоров'я дітей та їхньому гармонійному розвитку.

Покращення фізичного стану дітей дошкільного віку є одним із головних напрямів навчально-виховної роботи в дошкільному закладі, яке здійснюється в процесі ігрової діяльності. Слід відзначи-

ти, що в дітей 5–6 років уже є певний руховий досвід і це дає можливість ширше використовувати в іграх різноманітні й дещо складні рухи, якими вони ще недостатньо володіли в середній групі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми. Одним із головних напрямів навчання основних рухів є ігрова діяльність.

Основні рухи людини починають формуватися в ранньому віці й удосконалюються протягом життя через нагромадження індивідуального досвіду.

Проте, як зазначають науковці О. Л. Богінч [1], Е. С. Вільчковський [2], А. Я. Вольчинський, [3; 4], Н. Є. Пангелова, М. І. Горбенко [5], А. Пивовар [6], завдяки високій пластичності нервової системи основні рухи легко засвоюються дітьми. Тому навчання рухових умінь і навичок потрібно починати з дошкільного віку.

Аналіз наукових досліджень та педагогічної практики свідчить про те, що в роботі дошкільних навчальних закладів недостатня увага приділяється організації навчання основних рухів дітей старшого дошкільного віку; змісту різних форм роботи з фізичного виховання щодо навчання ходьби, бігу, лазіння, стрибків, метань; визначення рівня вмінь і навичок згідно з нормативними показниками старших дошкільників.

Проте питання, пов'язанні з реалізацією ігрового методу в навчанні дітей старшого дошкільного віку, які є основою підвищення рівня фізичного й психологічного здоров'я старших дошкільників, не знайшли свого наукового обґрунтування, що значною мірою гальмує підвищення ефективності фізичного виховання в дитячому дошкільному закладі.

У дослідженнях науковців [7; 8] за цією темою відзначається, що одним із кризових явищ у системі освіти є розрив між фізичним і всіма іншими видами навчальної діяльності дітей дошкільного віку, відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок пізнавальної й рухової діяльності в процесі навчання.

Суть такої взаємодії полягає у формуванні системи навчання, яка передбачає інтегрований освітній, оздоровчий, загальний виховний ефекти, що є запорукою оптимального розумового й фізичного розвитку дитини, що нині найбільш актуально. Такий підхід знаходить своє місце в організації освітньо-виховної роботи в загальноосвітній школі. Що ж стосується дошкільного виховання та навчання, то результати досліджень у цьому напрямі в навчально-методичній літературі відсутні [4; 6; 7].

Завдання дослідження – проаналізувати процес навчання рухів дітей на спеціально організованих заняттях засобами рухливих ігор.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Для вдосконалення основних умінь і навичок та впливу рухливих ігор на стан здоров'я й фізичний розвиток дітей експериментальної групи результати їх обстеження порівнювалися з аналогічними даними обстеження дітей контрольної групи до й після проведення експерименту. Це дало змогу виявити певні тенденції щодо покращення функціонального, морфологічного та рухового аспектів під впливом запропонованих засобів.

Відсоток дітей експериментальної групи, які жодного разу не хворіли, зріс із 10,2 % до 48,4 %, у контрольній, відповідно, – із 16,5 % до 22,6 %. Математичний аналіз цих показників в експериментальній та контрольній групах виявив їх вірогідну різницю (рис. 1).



Рис. 1. Вплив рухливих ігор на стан здоров'я дітей 5–6 років

Дітей, які перехворіли від одного до п'яти разів на рік, в експериментальній групі спостерігалось у 1,6 раза менше, ніж у контрольній, а тих, хто хворів шість і більше разів на рік, узагалі не виявлено. Отримані результати стану здоров'я дітей свідчать про те, що більш високий рівень опірності організму респіраторним й інфекційним захворюванням дошкільників експериментальної групи сформувався під впливом систематичного застосування рухливих ігор у системі фізичного виховання, які переважно проводилися на свіжому повітрі, що водночас із тренувальним ефектом на організм дітей сприяло їхньому загартуванню.

Медичні обстеження дошкільників протягом експериментального періоду дали змогу спостерігати за позитивною зміною в структурі опорно-рухового апарату в дітей експериментальної групи. Ці факти підтверджують, що широке застосування рухливих ігор під час занять із фізичної культури та на прогулянках за умови використання розробленої нами методики їх проведення й оптимального дозування фізичних навантажень сприяє зміцненню м'язового корсета дітей.

Експериментальні дані, які отримано при обстеженні опорно-рухового апарату, свідчать про його інтенсивний розвиток у дітей експериментальної групи. Виявлено такі позитивні зрушення: на 34 % зменшилася кількість дітей із лордичною поставою, на 27 % – кількість дітей зі сплюсненням стопи.

При обстеженні дітей із метою визначення рівня фізичного розвитку враховувалися морфологічні показники: довжина тіла (зріст), маса тіла, обсяг грудної клітки, а також деякі функціональні показники (частота дихання, частота пульсу). Дані антропометричних вимірювань, проведених до початку експерименту, свідчать, що в рівнях фізичного розвитку дітей експериментальної та контрольної груп суттєвої різниці немає (табл. 1).

Таблиця 1

Показники маси й довжини тіла та обсягу грудної клітки дітей 5–6 років експериментальної й контрольної груп

Показник	Вік, роки	Група	Стать	M±m		Зростання результатів
				до експерименту	після експерименту	
Маса тіла	5	ЕГ	Х	18,0±0,4	20,2±0,6	2,2
			Д	17,0±0,4	18,9±0,6	1,9
		КГ	Х	19,2±0,5	21,0±0,7	1,8
			Д	18,3±0,6	20,0±0,5	1,7
	6	ЕГ	Х	20,0±0,5	22,3±0,5	2,3
			Д	18,9±0,6	21,0±0,6	2,1
		КГ	Х	19,0±0,5	21,0±0,4	2,0
			Д	19,0±0,5	20,4±0,7	1,4
Довжина тіла	5	Е?	Х	114±0,6	119,5±0,6	5,5
			Д	114±0,7	119,2±0,6	5,2
		КГ	Х	113±0,7	117,1±0,7	4,1
			Д	113±0,6	115,5±0,5	2,5
	6	ЕГ	Х	119±0,4	125±0,4	6,0
			Д	118±0,4	123±0,5	5,0
		КГ	Х	118±0,4	121,2±0,4	3,2
			Д	117±0,6	119,4±0,5	2,4
Обсяг грудної клітки	5	ЕГ	Х	53,1±2,13	55,7±1,40	2,6
			Д	51,8±2,06	54,2±1,61	2,4
		КГ	Х	53,2±2,11	54,5±1,38	1,3
			Д	51,4±2,11	52,4±1,42	1,0
	6	ЕГ	Х	57,2±2,11	59,7±1,8	2,5
			Д	56,4±2,8	58,7±1,6	2,3
		КГ	Х	56,2±2,4	57,3±2,8	1,1
			Д	55,8±2,2	57,1±1,9	1,3

Зміни показників фізичного розвитку дітей обох груп після експерименту відбувалися різними темпами. Збільшення всіх антропометричних даних у дошкільників експериментальної групи дещо перевищувало результати контрольної.

Маса тіла в 5-річних дітей експериментальної групи збільшилася в хлопчиків на 2,2 кг, у дівчаток – на 1,9 кг; у хлопчиків контрольної групи – на 1,8 кг, у дівчаток – на 1,7 кг. У 6-річних дітей експериментальної групи маса тіла збільшилась у хлопчиків на 2,3 кг, у дівчаток – на 2,1 кг; у контрольній групі – відповідно, на 2 кг й 1,4 кг. Тобто в дітей експериментальної групи зростання показників дещо більше, ніж у контрольній (за рахунок збільшення маси м'язів).

В експериментальній групі хлопчики п'яти років підросли на 5,5 см, а дівчатка – на 5,2 см, у контрольній групі ці показники нижчі: у хлопчиків – на 4,1 см, у дівчаток – на 2,5 см. 6-річні хлопчики в експериментальній групі підросли на 6,0 см, а дівчатка – на 5,0 см; хлопчики в контрольній групі – на 3,2 см, дівчатка – на 2,4 см.

Показники обсягу грудної клітки 5-річних дітей свідчать, що його збільшення становить 2,6 см у хлопчиків та 2,4 см – у дівчаток експериментальної групи. У контрольній групі це зростання таке: 1,3 см – у хлопчиків й 1,0 см – у дівчаток. У 6-річних дітей експериментальної групи показники зростання обсягу грудної клітки становлять 2,5 см у хлопчиків та 2,3 см – у дівчаток; у контрольній групі 1,1 см – у хлопчиків й 1,3 см – у дівчаток. Отже, обстеження свідчить, що показники обсягу грудної клітки в дітей експериментальної групи більші, ніж аналогічні показники в дітей контрольної.

Частота дихання в 92 % дітей експериментальної групи після проведення експерименту відповідала нормі (26–28 разів/хв). За даними Е. С. Вільчковського [2], нормою вважається (28 разів/хв). Простежувалося відрегульоване глибоке носове дихання, яке сприяє покращенню кровообігу та постачанню м'язових тканин поживними речовинами. За рахунок регулювання ритму дихання здійснюється природна вентиляція легенів.

Невідвідування дітьми дошкільних установ через хворобу за рік становило 3–5 днів на кожну дитину (за даними констатувального експерименту – 10–12 днів). Відповідно, на 65 % зменшилася кількість дітей, які належали до підготовчої медичної групи.

Висновки й перспективи подальших досліджень. На основі проведеного аналізу зі всією очевидністю можна констатувати, що застосована система занять позитивно вплинула на покращання стану здоров'я дітей і фізичного розвитку. Дані педагогічного експерименту підтверджують висновки Е. С. Вільчковського, А. Я. Вольчинського та ін. про те, що стан здоров'я дошкільників обумовлений рівнем їхнього фізичного розвитку й резистентністю організму до негативних факторів зовнішнього середовища.

Список використаної літератури

1. Богініч О. Л. Педагогічні умови підвищення рухової активності дітей 4–5 років на заняттях із фізичної культури : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук за спец. / О. Л. Богініч. – К., 1997. – 24 с.
2. Вільчковський Е. С. Теорія й методика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Вільчковський Е. С. – Л. : ВНТЛ, 1998. – 336 с.
3. Вольчинський А. Я. Українські рухливі ігри для дітей 5–6 років : метод. посіб. для вихователів дошкільних закладів / А. Я. Вольчинський. – К. : ІЗМН, 1996. – 96 с.
4. Вольчинський А. Я. Українські народні рухливі ігри в системі фізичного виховання дошкільнят : монографія / А. Я. Вольчинський, Н. О. Вольчинська. – Луцьк : РВВ “Вежа” ВНУ ім. Лесі Українки, 2009. – 146 с.
5. Пангелова Н. Є. Методично-організаційні і оздоровчо-виховні основи фізичного виховання в дошкільних закладах малого міста : метод. рек. / Н. Є. Пангелова, М. І. Горбенко. – Переяслав-Хмельницький : [б. в.], 2001. – 71 с.
6. Пивовар А. Взаємозв'язок фізичного стану і розумового розвитку старших дошкільників / А. Пивовар // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2006. – Вип. 10. – Т. 1. – С. 15–20.
7. Решетилова Ю. Обґрунтування методики використання засобів фізичної культури в адаптації дітей 6 років до навчальної діяльності / Ю. Решетилова // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культ. та спорту. – Л., 2006. – Вип. 10. – Т. 1. – С. 25–29.
8. Фролов В. Г. Физкультурные занятия игры и упражнения на прогулке / Фролов В. Г. – М. : Просвещение, 1986. – 158 с.

Анотації

У статті висвітлено вплив рухливих ігор на фізичний стан дітей 5–6 років та їхній фізичний розвиток. Застосування рухливих ігор під час занять із фізичної культури та на прогулянках за розробленою методикою їх проведення й оптимальним дозуванням фізичних навантажень також сприяє зміцненню м'язового корсета в дітей.

Ключові слова: рухливі ігри, дошкільники, фізичне виховання, фізичний стан.

Надежда Вольчинская. Реализация игрового метода при обучении детей дошкольного возраста основным умениям и навыкам. В статье отражено влияние подвижных игр на физическое состояние детей 5–6 лет и их физическое развитие. Применение подвижных игр во время занятий по физическому воспитанию и на прогулках за разработанной методикой их проведения и оптимальным дозированием физических нагрузок также способствует укреплению мускульного корсета детей.

Ключевые слова: подвижные игры, дошкольники, физическое воспитание, физическое состояние.

Nadezhda Volchinskaya. Realization of Playing Method of Studying of Pre-School Aged Children of Main Skills and Techniques. The article reflects the influence of outdoor games on physical condition of children aged 5–6 and their physical development. Outdoor games while physical education lessons and walks according to special methodology of their conducting and balancing of physical loads helps strengthening of muscle corset of children.

Key words: outdoor games, preschooler, physical education, physical condition.

УДК 37.037

Леся Галаманжук,
Геннадій Єдинак

Стан вивчення проблеми, пов'язаної із забезпеченням оздоровчої спрямованості занять фізичними вправами дошкільників та учнів початкової школи

Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Важливим для успішного розв'язання завдань фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах і початковій школі є наявність науково обґрунтованих методичних підходів до формування змісту занять, урахування необхідності забезпечення їхньої оздоровчої спрямованості на основі диференційованого підходу та виконання вимог принципу індивідуалізації [9; 21]. Водночас важливим є використання ефективних способів реалізації сформованого з урахуванням означеного змісту, оскільки це сприяє досягненню поставлених завдань і результатів [8]. При цьому пропозиції науковців повинні бути адресовані, насамперед дітям старшого дошкільного віку й учням початкової школи, оскільки період між п'ятьма та 10 роками дуже важливий в аспекті нормального розвитку, упередження негативного впливу різних зовнішніх чинників або корекції фізичного стану засобами фізичного виховання. Зазначене свідчить про важливість досліджень, спрямованих на розв'язання проблеми, що розглядається.

Завдання дослідження – вивчити за даними наукової літератури стан розробленості методичних підходів до формування оздоровчого змісту занять фізичними вправами дітей 5–7 років на основі диференціації й індивідуалізації процесу в дошкільних навчальних закладах та початковій школі.

Під час дослідження використовували загальнонаукові методи, а саме: аналіз, синтез, узагальнення, систематизацію літературних та документальних джерел.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Аналіз наукової літератури в досліджуваному напрямі виявив таке. Чинна програма фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах не пропонує, програма для учнів початкової школи рекомендує декілька критеріїв диференціації й індивідуалізації змісту занять фізичними вправами, а саме: рівні фізичної підготовленості, фізичного розвитку, соматичного здоров'я дітей.

Означені показники лабільні, тобто змінюються в процесі індивідуального розвитку дитини та під впливом занять фізичними вправами, а отже лише частково відповідають сучасним уявленням про критерії диференціації й індивідуалізації засобів та методів фізичного виховання дітей [3; 4; 7; 14; 20].