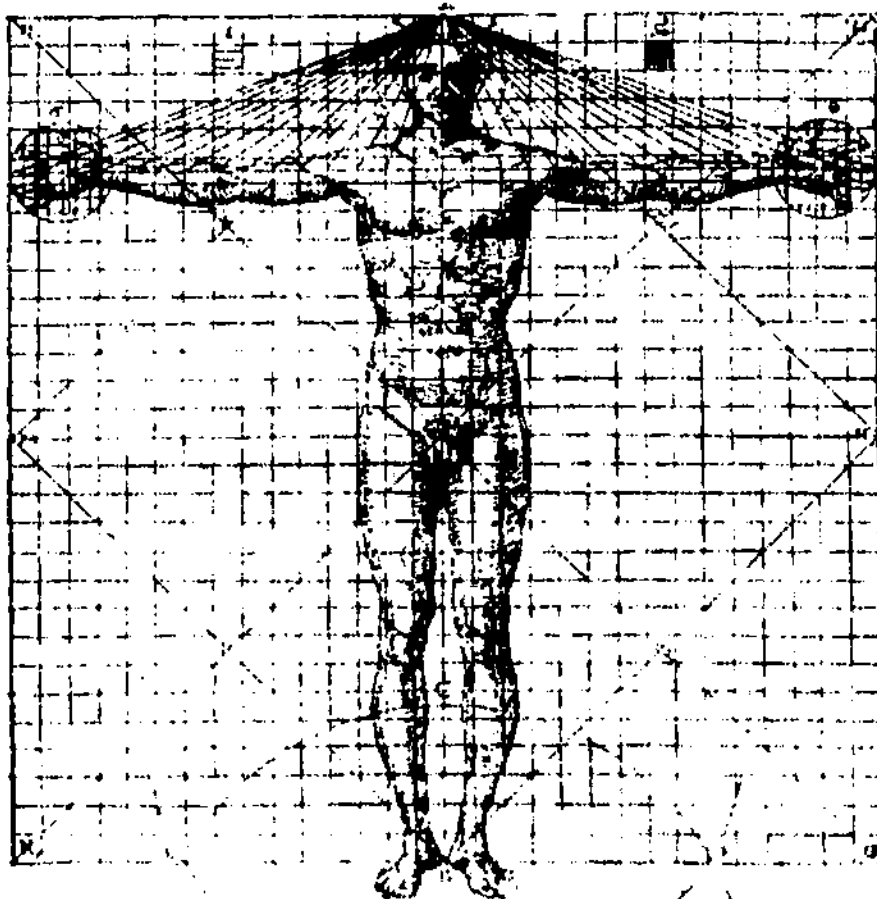


ISSN 1992-7908

# ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Науково-теоретичний журнал



1-2017

## ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- 3 *Микола Безмилов*  
Традиції і сучасний стан підготовки баскетбольного резерву в країнах колишньої Республіки Югославії
- 11 *Ірина Воїко*  
Olympic education in the preparation of the volunteers of international sports competitions
- 15 *Сергій Ільченко*  
Мотивація до занять спортом і відвідування занять з фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей
- 20 *Яна Коваленко, Віктор Болобан*  
Побудова змагальних композицій групових вправ у художній гімнастиці
- 24 *Кун Сянлінь, Го Пенчен*  
Реакція організму на повторні тренувальні навантаження, спрямовані на підвищення працездатності кваліфікованих веслувальників Китаю
- 31 *Юрій Павленко, Валентина Єрмолова*  
Історико-статистичний аналіз участі українських спортсменів в олімпійських іграх 1952–1992 рр.
- 36 *Рашид Шерзад Афанді, Юрій Шкретій*  
Особливості застосування втягуючих мікроциклів у підготовці плавців високої кваліфікації
- 41 *Сергій Совецько*  
Варіанти тактики подолання дистанції і кінематичні характеристики техніки спортсменів високої кваліфікації, які спеціалізуються в спортивній ходьбі на 20 км

## ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- 47 *Римма Баннікова, Вадим Керестей, Юрій Магнушевський*  
Сучасний погляд на фізичну реабілітацію наслідків гострих порушень мозкового кровообігу у пізньому відновному періоді
- 53 *Марина Захарченко*  
Формування індивідуальної фізичної культури учнівської молоді за допомогою занять з фізичного виховання
- 57 *Ольга Марченко, Тамара Коваленко*  
Передпологова психологічна реабілітація при токофобії

«Теорія і методика фізичного виховання і спорту» – науково-теоретичний журнал для фахівців у сфері фізичної культури і спорту – наукових працівників, викладачів ВНЗ, тренерів, докторантів, аспірантів, студентів, спортсменів

*Головний редактор*  
Ю. М. Шкретій, д-р наук з фіз. виховання і спорту

*Заступник головного редактора*  
Н. М. Гончарова, канд. наук з фіз. виховання і спорту

### *Редакційна колегія:*

О. В. Андреева, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
О. В. Борисова, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
М. М. Булатова, д-р пед. наук  
Л. В. Волков, д-р пед. наук  
В. І. Воронова, канд. пед. наук  
В. В. Гамалій, канд. пед. наук  
О. Ю. Герашенко, д-р пед. наук  
М. В. Дутчак, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
А. Ю. Дяченко, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
М. М. Ібрагімов, д-р філос. наук  
В. М. Ільїн, д-р біол. наук  
В. О. Кашуба, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
Ф. А. Керимов, д-р пед. наук  
Г. В. Коробейников, д-р біол. наук  
К. Коханович, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
Т. Ю. Круцевич, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
О. Б. Лазарева, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
О. М. Макагонов, д-р пед. наук  
В. Манолакі, д-р пед. наук  
О. К. Марченко, канд. пед. наук  
Ю. П. Мічуда, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
В. В. Ніколаско, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
Т. Д. Полякова, д-р пед. наук  
В. А. Потоп, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
С. Савчин, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
М. М. Філіппов, д-р біол. наук  
Л. Я.-Г. Шахліна, д-р мед. наук  
О. А. Шинкарук, д-р наук з фіз. виховання і спорту



- 62 *Наталія Ковальова*  
Особливості проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників
- 68 *Анна Оріховська*  
Оздоровчо-рекреаційна рухова активність у системі фізичного виховання студентської молоді з вадами слуху
- 74 *Марія Пальчук, Руслан Антоненко*  
Сучасні підходи до удосконалення навчального процесу з фізичного виховання на основі здоров'язберігаючих технологій
- 78 *В'ячеслав Семененко, Андрій Михальчук, Юрій Доценко*  
Сучасні педагогічні підходи до диференціації процесу фізичного виховання учнів початкової школи

Журнал включено до бази даних:

IndexCopernicus

<http://journals.indexcopernicus.com>

Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського

[http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/TMFVS/index.html](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/TMFVS/index.html)

ISSN 1992-7908

<http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/>

© «Теорія і методика фізичного виховання і спорту», 2017

ВИПУСК ЖУРНАЛУ № 1/2017

ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ

Національного університету фізичного виховання

і спорту України

22.03.2017 р., протокол № 11

Журнал включено до Переліку

наукових фахових видань України згідно з наказом

Міністерства освіти і науки України № 1081 від 29.09.2014

Видання Національного університету фізичного

виховання і спорту України

Видається з 1999 р.

Реєстраційний № КВ-3828 від 23.11.99 р.

Україна, 03150, Київ-150,

вул. Фізкультури, 1

Тел. (044) 289 40 92

Факс (044) 287 68 21

# СУЧАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

*В'ячеслав Семененко, Андрій Михальчук, Юрій Доценко*

**Аннотация.** Физическое воспитание учащихся начальных классов является предметом особого внимания как в теории педагогики, так и в методике физического воспитания. Это связано с тем, что именно в младшем школьном возрасте формируются основные физические качества человека. Он также интересен тем, что в этот период достаточно велика потребность детей в движениях, на основе которой можно активизировать у них стремление к физическому самосовершенствованию. В статье проанализированы современные педагогические условия процесса физического воспитания с учетом дифференцированного подхода к учащимся начальной школы.

**Ключевые слова:** начальная школа, физическая культура, учащиеся.

**Abstract.** Physical education of primary school pupils is the subject of special attention both in the theory of pedagogy and in the methods of physical education. This is due to the fact that it is at the junior school age that the basic physical qualities of a person are formed.

During this period the children's need for movements is quite high. On this basis it is possible to intensify the desire for physical self-improvement among pupils. The article analyzes the modern pedagogical conditions of the process of physical education, with account for differentiated approach to primary schoolchildren.

**Keywords:** primary school, physical culture, pupils.

**Постановка проблеми.** Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку – один із важливих критеріїв підготовки до життя в суспільстві, оскільки сприяє формуванню особистості дитини, її мотивації і потреби до зміцнення свого здоров'я, фізичної підготовленості та фізичного розвитку, набуття досвіду діяльності (соціальної, практичної, навчально-пізнавальної), а також підтримання здорового способу життя [5].

У сучасному суспільстві проблема диференціації в організації навчально-виховного процесу в школі не є новою для теорії і практики освіти, до якої звертались класики педагогіки в різних аспектах, психологи, науковці, які займаються проблемами фізичної культури та спорту.

Значну кількість досліджень спрямовано на формування в учнів потреби у систематичному фізичному самовдосконаленні, у них відмічається важливість використання вчителями фізичної культури сучасних підходів до процесу фізичного виховання, адекватності потребам і можливостям кожного учня молодших класів [2]. Однак на даному етапі диференційований підхід як педагогічний принцип в умовах початкової школи й авторитарних підходів до системи освіти не завжди знаходить підстави для практичного втілення [3, 4, 7].

На сьогодні існує значна кількість наукових досліджень, присвячених удосконаленню підходів до програм з предмета «Фізична культура» [5, 8].

Проте, не дивлячись на це, виникають нові питання, які потребують детальних досліджень, що стосуються спроможності системи освіти забезпечити належне фізичне вдосконалення учнів молодшого шкільного віку, збереження та покращення їхнього здоров'я як найвищу цінність особистості.

Роботу виконано згідно із Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2016–2020 рр. «Теоретико-методичні основи вдосконалення програмно-нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» (номер держреєстрації 0116U001626).

**Мета дослідження** – проаналізувати сучасні педагогічні підходи до диференціації процесу фізичного виховання у початковій школі.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, педагогічного та наукового досвіду.

**Результати дослідження та їх обговорення.** За даними сучасної наукової літератури під диференційованим підходом розуміють вихідну позицію, основний принцип діяльності вчителя, яким він керується під час планування навчального процесу, підготовки до його здійснення та його реалізація у ході роботи з учнями. В основі цього підходу лежить розподіл (диференціація) учнів за групами відповідно до особливостей прояву ними певних індивідуальних властивостей, що впливають на успішність, і визначальних для особистого розвитку.

Процес фізичного виховання підпорядкований загальним закономірностям, які однаково важливі під час навчання та виховання. Як свідчить Г. Л. Апанасенко, ріст і розвиток є природним наслідком активності живої системи та її складових. Дана особливість може негативно впливати на рухову активність дитини, яка росте і розвивається, що призводить до низького рівня фізичного розвитку та функціональних можливостей, які іноді дуже важко поновити використанням систематичних занять фізичними вправами [1].

За даними І. А. Аршавського, виникає необхідність проведення спеціального тестування, оскільки визначено високий кореляційний взаємозв'язок між показниками вимірювань тотального розміру тіла і результатами рухових тестів, який у дошкільному віці (до 6–7 років) дає можливість оцінити успішність морфофункціонального розвитку за антропометричними показниками, тоді як у подальшому будуть потрібні зміни до методики оцінки успішності в онтогенезі, що й призводить до необхідності проведення тестування фізичних здібностей дітей молодшого шкільного віку для отримання більш інформативних даних про позитивні зміни в морфофункціональному статусі їхнього організму [1].

Таким чином, із самого початку навчання в початковій школі з'являється потреба в оцінюванні фізичної підготовленості молодших школярів, оскільки визначення лише рівня фізичного розвитку не дає можливості оцінити особливості онтогенезу людини.

Рівень фізичної підготовленості тісно пов'язаний із нормативною системою фізичного виховання. Проте недосконалість системи визначення фізичної підготовленості школярів привела до тенденції суб'єктивного ставлення до дитини на підставі показаних результатів у рухових діях. При цьому не враховувались можливості дітей взагалі досягти нормативних результатів через їхні індивідуальні морфологічні, психологічні, конституціональні особливості і те, як ці досягнення впливають на стан їхнього здоров'я.

Для учителя фізичної культури у ході вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань особливого значення набувають способи застосування обраних засобів, які допоможуть успішно і продуктивно їх досягти. Цей пошук пов'язаний із вибором ефективних методів організації учнів, навчання їх рухових дій, методів розвитку рухових якостей і виховання особистісних якостей.

Вихідні науково-практичні положення, які визначають основні вимоги до побудови, змісту, методів та організації процесу фізичного виховання і від виконання яких залежить ефективність цього процесу, називають принципами методики фізичного виховання.

Одним з важливих дидактичних принципів є принцип доступності та індивідуалізації. Існуюча система фізичного виховання в школі побудована з урахуванням вікових особливостей розвитку дітей. Розглядаючи їх у різні періоди дошкільного та шкільного віку, можна звернути увагу на той факт, що в кожному з цих вікових періодів відбуваються певні зміни: організм росте і вдосконалюється, змінюються форми тіла і розміри внутрішніх органів і систем. Усі ці зміни, не дивлячись на деякі загальні закономірності, – індивідуальні.

Учні кожної вікової групи відрізняються значеннями антропометричних, функціональних і рухових показників. Окремі школярі через свої індивідуальні особливості можуть мати хороші результати в одних вправах і низькі – в інших. Тому оцінка фізичної підготовленості і вибір спрямованості процесу фізичного виховання, засновані тільки на середньовікових особливостях і нормах, – недостатньо об'єктивні, а отже і мало-ефективні. Застосування його в ході уроку фізичної культури, в якому бере участь одночасно певна кількість школярів, кожен з яких має свої індивідуальні особливості фізичного розвитку, підготовленості, стану здоров'я, працездатності, на практиці проблематично. Це призводить до виникнення необхідності використання диференційованої методики фізичного виховання, тобто побудованої на роботі з групами школярів, об'єднаних за деякими схожими ознаками. Проведення таких уроків дозволяє вирішити проблему врахування індивідуальних особливостей школярів у процесі фізичного виховання.

З огляду на сказане, можна констатувати, що диференційоване фізичне виховання – це така методика фізичного виховання, в якій мають враховуватися не тільки загальновікові, а й індивідуальні особливості дітей у межах групи учнів, об'єднаних за схожістю морфофункціональних показників.

Однак індивідуально-диференційований підхід як педагогічний принцип в умовах масової загальноосвітньої школи і авторитарної системи управління освітою, на жаль, не завжди має підстави для практичного втілення. За даними деяких авторів [5, 7] він не потрібний у практичному оцінюванні результатів освіти, не завжди знаходить своє відображення у змісті і технологіях професійної діяльності вчителя фізичної культури під час підготовки у вищих навчальних закладах.

Ідея школи з диференційованою організацією навчально-виховного процесу відтворена в різних моделях у багатьох школах Австралії, Європи, США, що визначається одним із основних трендів розвитку освіти у світі [9, 10]. Проте у практиці вітчизняної освіти її втілення ускладнюється не тільки традиційними підходами до управління за-

кладами освіти, формальними показниками якості їхньої діяльності, а й якістю підготовки вчителів до професійної діяльності, її невідповідністю вимогам диференційованого підходу.

Головною ознакою школи майбутнього є її постійна орієнтація на зміни. Це школа, колектив учителів якої здатний самостійно і свідомо, без вказівок «зверху», створювати освітнє середовище для повноцінного різнобічного розвитку кожного учня відповідно до його можливостей, нахилів та інтересів.

Отже, використання диференційованої моделі навчання у школі потребує від усіх учасників освітнього процесу і, передовсім від учителя, ясного бачення і розуміння сенсу, цілей, змісту й етапів роботи з учнями та їхніми батьками. Відомо, що державні освітні стандарти мають так званий визначений характер, тобто окреслюють простір тих компетенцій, які повинні бути врахованими за результатами освіти. Створювані на підставі цих стандартів навчальні плани та програми з предметів висвітлюють послідовність і зміст навчального процесу, котрі необхідно реалізувати, щоб дійти до запропонованих державними стандартами освітніх результатів. Проте проінтерпретувати чинні стандарти і вимоги навчальних програм у реальних показниках досягнень учнів можуть лише вчителі, які працюють з ними і знають їхні можливості. При цьому для кожної школи, кожного класу ці показники можуть бути різними, бо різними є учні, які в них навчаються.

За даними Т. Ю. Круцевич, Н. В. Москаленко та інших науковців, для організації доцільного ефективного процесу фізичного виховання необхідно мати повну інформацію про рівень фізичної підготовленості школярів на кожному етапі навчання, починаючи з першого класу. Така інформація має велике практичне значення, особливо на етапі формування рухових функцій, який припадає на період навчання в початковій школі. Таким чином, для ефективності процесу фізичного виховання в початковій школі необхідно враховувати стан здоров'я учнів, особливості фізичного розвитку та рівень розвитку основних фізичних якостей.

Розвиток спеціальних навичок учнів молодшого шкільного віку є основним напрямом для здійснення педагогічної діагностики сформованості функціональних компетентностей у питаннях власного здоров'я. Таким чином виникає перша педагогічна умова – забезпечення єдності теоретичної та практичної підготовки учнів молодшого шкільного віку, друга умова – впровадження в процес фізичного виховання диференційованого підходу як на уроках фізичної культури, так і на позакласних заняттях фізичним вихованням, а також найбільш оптимальне поєднання розроблено-

го змісту, форм і методів реалізації організаційно-методичних умов та підвищення мотивації у молодших школярів до занять фізичними вправами.

Серед основних напрямів розвитку фізкультурної освіти виділяють такі: зміна її цінностей і цілей у зв'язку з постановкою людини в центр освітнього процесу; реалізація культурологічного та компетентного підходу до формування змісту освіти та оцінка її якості; індивідуальність освіти як збагачення досвіду учня на основі побудови освітнього простору (середовища) з індивідуальними освітніми траєкторіями.

Із урахуванням диференціації вирішуються такі педагогічні завдання:

- по-перше, не тільки нормативне, а й реальне зміщення освітніх цільових орієнтирів із фізичної підготовки дітей початкової школи в процесі фізичного виховання і залучення до здорового стилю життя (через актуалізацію виховного потенціалу фізичної культури і спорту), а також конкретизація прийнятої на рівні індивідуальної свідомості мети у відповідному просторово-часовому (ступінь і рівень) і результативному (фізкультурні компетенції) контексті;

- по-друге, ретельне проектування поліваріативності змісту фізичного виховання з урахуванням внутрішніх (можливості і потреби учнів) і зовнішніх (вимоги стандарту (компетенції), соціокультурні традиції, ресурсне забезпечення тощо) умов і визначення його критеріїв;

- по-третє, детальне опрацювання механізмів і способів реалізації оновленого змісту освіти, а також насичення освітнього простору фізкультурно-спортивними заходами, спрямованими на формування конкретних фізкультурних компетенцій;

- по-четверте, розробка відповідного цілям і змісту контрольної-вимірювального педагогічного інструментарію, за допомогою якого можна буде оцінювати не тільки традиційно прийняті соціально-біологічні критерії (фізичний розвиток, фізична підготовленість), а і соціально-психологічні (потреби, інтереси, мотивація) та соціокультурні (цінності, відносини тощо) тих, хто займається, а також умови перебігу навчально-виховного процесу для здійснення моніторингу компетентності фізичного виховання [6].

**Висновки.** Отримані результати показують, що аналіз підходів до програми з фізичної культури на засадах визначених нами педагогічних умов позитивно будуть впливати на якість фізичної підготовки учнів початкової школи.

Потребує подальшого вдосконалення диференційований підхід до процесу фізичного виховання та фізичної підготовки учнів початкової школи з використанням засобів фізичного виховання в поєднанні з інноваційними підходами, спрямованими на зміцнення здоров'я майбутнього покоління.

**Перспективи подальших досліджень:** розробка організаційно-методичних умов планування уроків фізичного виховання з урахуванням стану

здоров'я та рівня фізичного розвитку учнів початкової школи та впровадження розробленої технології в практику сучасної освіти.

## Література

1. Апанасенко Г. Л. Индивидуальное здоровье: теория и практика / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – К.: Медкнига, 2011. – 108 с.
2. Білецька В. В. Характеристика функціонального стану серцево-судинної системи дітей молодшого шкільного віку з різним рівнем фізичного здоров'я / Білецька В. В., Семененко В. П., Трачук С. В. // *Наук. часоп. Нац. пед. у-ту імені М. П. Драгоманова*. – 2016. – Вип. 01 (68) 16. – С. 18–21.
3. Боднар І. Організація і реалізація фізичного виховання школярів у різних медичних групах (огляд стану проблеми) / І. Боднар // *Слобожан. наук.-спорт. вісн.* – 2012. – № 5, ч. 1. – С. 19–23.
4. Волков Л. В. Молодший шкільний вік: виховна спрямованість занять фізичною культурою і спортом : навч. посіб. / Л. В. Волков. – К.: Освіта України, 2008. – 120 с.
5. Круцевич Т. Ю. Концепция системы физического воспитания в общеобразовательных школах / Т. Ю. Круцевич // *Теорія і методика фіз. виховання і спорту*. – № 2. – 2015. – С. 72–80.
6. Манжелей І. В. Задачи физического воспитания в контексте тенденций развития современного образования / И. В. Манжелей // *Вестн. ТюмГУ*. – 2012. – С. 43–47.
7. Москаленко Н. В. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / Н. В. Москаленко, О. О. Власюк, І. П. Степанова, О. В. Шиян. – Дніпропетровськ: Інновація, 2011. – 238 с.
8. *Фізична культура в школі: навч. прогн. для 1–4-х, 5–9-х кл. загальноосвіт. навч. закл.* – К.: Літера ЛТД, 2013. – 352 с.
9. De Lorenzo R. A. Delivering on the Promise: The Education Revolution / R. A. Lorenzo, W. J. Battino, R. M. Schreiber, G. Carrio. – Blumington, In. : Solution Tree Press, 2008.
10. Crum B. A. critical review of competing PE concepts / B. Crum; J. Mester [ed.] // *Sport sciences in Europe* 1993. – Current and future perspectives. – Aachen: Meyer ana Meyer, 1994. – P. 516–533.

## Literature

1. Apanasenko G. L. Individual health: theory and practice / G. L. Apanasenko, L. A. Popova. – Kiev: Medkniha, 2011. – 108 p.
2. Biletska V. V. Characteristics of functional state of cardiovascular system of junior schoolchildren with different levels of physical health / Biletska V. V., Semenenko V. P., Trachuk S. V. // *Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni Drahomanova*. – 2016. – Iss. 01 (68) 16. – P. 18–21.
3. Bodnar I. Organization and realization of schoolchildren physical education in different medical groups (review of problem status) / I. Bodnar // *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk*. – 2012. – N 5, p. 1. – P. 19–23.
4. Volkov L. V. Junior school age: educational direction of physical culture and sport classes : teaching guide / L. V. Volkov. – Kyiv: Osvita Ukrainy, 2008. – 120 p.
5. Krutsevych T. I. Concept of physical education system at secondary schools / T. I. Krutsevych // *Teoriia i metodyka fiz. vykhovannia i sportu*. – N 2. – 2015. – P. 72–80.
6. Manzhekey I. V. Physical education tasks in the context of the trends of modern education development / I. V. Manzhekey // *Vestnik. TyumGU*. – 2012. – P. 43–47.
7. Moskalenko N. V. Innovation technologies in physical education of schoolchildren: teaching guide [for students of higher institutions] / N. V. Moskalenko, O. O. Vlasjuk, I. P. Stepanova, O. V. Shyian. – Dnipropetrovsk: Innovatsiia, 2011. – 238 p.
8. *Physical culture at school: educational program for 1–4, 5–9 grades*. – Kyiv: Litera LTD, 2013. – 352 p.
9. De Lorenzo R. A. Delivering on the Promise: The Education Revolution / R. A. Lorenzo, W. J. Battino, R. M. Schreiber, G. Carrio. – Blumington, In. : Solution Tree Press, 2008.
10. Crum B. A. critical review of competing PE concepts / B. Crum; J. Mester [ed.] // *Sport sciences in Europe* 1993. – Current and future perspectives. – Aachen: Meyer ana Meyer, 1994. – P. 516–533.