

СТАН РОЗРОБЛЕНОСТІ ПІДХОДІВ ДО ФОРМУВАННЯ ОПТИМАЛЬНОГО ЗМІСТУ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ХЛОПЧИКІВ 7-10 РОКІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Слюсарчук В.В.

Кременецький обласний гуманітарно-педагогічний інститут імені Тараса Шевченка

Анотація. На теоретичному рівні досліджували стан розробленості методичних підходів до формування оптимального змісту занять для хлопчиків молодшого шкільного віку в аспекті успішного вирішення завдань, що висуваються сьогодні перед фізичним вихованням у загальноосвітньому навчальному закладі. Вивчення літературних джерел засвідчило практично повну відсутність досліджень, спрямованих на вирішення зазначеної наукової проблеми з урахуванням програмних вимог про обов'язкове забезпечення диференційованого й індивідуального підходів до учнів у процесі фізичного виховання і, зокрема, на основі стабільних біологічних ознак, однією з яких є соматичний тип конституції. Зазначене свідчить про актуальність досліджень у вказаному напрямку.

Ключові слова: хлопчики молодшого шкільного віку, соматотип, фізичне виховання в школі, оздоровча спрямованість занять.

Аннотация. Слюсарчук В.В. **Состояние разработанности подходов к формированию оптимального содержания занятий оздоровительной направленности мальчиков 7-10 лет в процессе физического воспитания.** На теоретическом уровне исследовали состояние разработанности методических подходов к формированию оптимального содержания занятий для мальчиков младшего школьного возраста в аспекте успешного решения задач, выдвигаемых сегодня перед физическим воспитанием в общеобразовательном учебном заведении. Изучение литературных источников засвидетельствовало практически полное отсутствие исследований, направленных на решение указанной научной проблемы с учетом программных требований по обязательному обеспечению дифференцированного и индивидуального подходов к учащимся в процессе физического воспитания и, в частности, на основе стабильных биологических признаков, одним из которых есть соматический тип конституции. Сказанное свидетельствует об актуальности исследований в рассматриваемом направлении.

Ключевые слова: мальчики младшего школьного возраста, соматотип, физическое воспитание в школе, оздоровительная направленность занятий.

Annotation. Slyusarchyuk V.V. **The state of development policies for the optimal contents of health improvement-slanted classes for 7-10-year-olds in the course of physical education.** The article provides the theoretical background for study of the extent of development of methodological policies that concern formation of the optimal content for junior schoolboys classes with the view to the successful achievement of goals set in terms of the contemporary school. Analysis of the reference sources shows that hardly any research has been done to study this issue so that consideration would be given to curriculum requirements that, in turn, might provide the mandatory policies of differentiated and individual approaches to schoolchildren with their physical education, specifically when it comes to their biological features where the somatic type of constitution is one of those defined. The aforesaid proves that the research is valid and in the line with direction of the studies.

Key words: junior schoolboys, somotype, physical education at school, health improvement-slant of classes

Вступ

Важливим для успішного вирішення завдань фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах є наявність науково обґрунтованих методичних підходів до формування змісту занять, виходячи з необхідності забезпечити їх оздоровчу спрямованість на основі принципу диференціації й індивідуалізації [9, 21]. Також важливим є використання ефективних способів реалізації сформованого з урахуванням зазначеного змісту занять фізичним вихованням, оскільки це сприяє досягненню встановлених результатів [8]. При цьому пропозиції науковців повинні бути адресовані, насамперед, учням початкової школи, оскільки період 6-10 років є дуже важливим в аспекті подальшого нормального розвитку дитини, упередження негативних впливів великої кількості різноманітних чинників або здійснення необхідної корекції їхнього фізичного стану засобами фізичної культури. Зазначене свідчить про важливість досліджень, спрямованих на вирішення проблеми, що розглядається.

Робота виконується згідно Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2006-2010 рр. за темою 3.1.1. «Теоретико-методичні та програмно-нормативні основи фізичного виховання учнів і студентів».

Формулювання цілей роботи

Мета – на теоретичному рівні дослідити стан розробленості методичних підходів до формування оптимального змісту занять оздоровчої спрямованості для хлопчиків молодшого шкільного віку в аспекті успішного вирішення завдань фізичного виховання у загальноосвітніх навчальних закладах.

Методи й організація дослідження. Під час дослідження використовували такі методи: аналіз, синтез, узагальнення наукових і документальних літературних джерел.

Результати дослідження

Аналіз наукової літератури в досліджуваному напрямку виявив наступне. Чинна програма з фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах [9, 21] пропонує такі критерії для реалізації

диференційованого підходу на заняттях з учнями: рівень фізичної підготовленості фізичного розвитку, соматичного здоров'я.

Значені показники характеризуються як лабільні, тобто змінюються в процесі індивідуального розвитку та під впливом фізичного виховання, а значить не повною мірою відповідають сучасним уявленням про критерії диференціації дітей і підлітків на однорідні групи [3, 4, 7, 14, 20]. У той же час наголошується [4], що такими критеріями повинні бути ознаки, що мають біологічну основу, є стабільними (практично не змінюються) і відображають різні сторони життєдіяльності людини впродовж онтогенезу. Обґрунтованість такого підходу знаходимо в психології [1, 5], біології і фізіології [11, 12, 24], відносно нових наукових дисциплінах – інтегральній педагогічній антропології [20], діатропіці [15], що розглядають людину як інтегральну індивідуальність, а все різноманіття її особливостей – як частину єдиної (інтегральної) функціональної системи, в більшість перших відзначається виразною генетичною детермінацією.

У зв'язку з цим, всю сукупність людей можна розподілити на групи – конституціональні типи, що є локальним проявом загальної конституції тобто реалізуються в межах певного структурно-функціонального рівня [16]: тип темпераменту – в межах психодинамічного типу нервової системи – нейродинамічного соматичного типу конституції – морфофізіологічного

Ознаки, якими відзначається кожний структурно-функціональний рівень, отримали назву «генетичних маркерів», що за рівнем стабільності поділяються на абсолютні та відносні. До перших належать серологічні чинники (еритроцитарні антигени), смакове сприйняття фенілтіанокарбаміду (ФТК), деякі показники дерматогліфіки одонтогліфіки хромосомний набір, групи крові, до інших – типи темпераменту, вищої нервової діяльності, соматичний тип конституції [20].

Використання абсолютних маркерів як критеріїв диференціації учнів сьогодні є складним завданням, насамперед, у зв'язку з браком науково-методичної інформації щодо особливостей прояву функціональних (у тому числі пов'язаних з руховою діяльністю, фізичними якостями) показників представниками різних типологічних груп. Складність використання деяких відносних маркерів (тип темпераменту, вищої нервової діяльності) пов'язана з великою кількістю методів і складністю методик діагностики цих типів, що є проблематичним у масовому фізичному вихованні. У той же час, використання іншого відносного маркера – соматичного типу конституції є більш реальним, оскільки процедура його діагностики нескладна, вона належним чином викладена в спеціальній літературі [2, 6], не потребує великої кількості приладів, застосовує нескладні методи. Також сьогодні накопичено значну кількість науково-методичної інформації про особливості прояву фізичних якостей, морфологічних, функціональних показників, статевого дозрівання, структури фізичної підготовленості швидкості навчання рухових дій, точності відтворення параметрів руху, реакції на однакові фізичні навантаження представників різних соматотипів

Крім цього, такі дані широко й успішно використовуються в спортивній діяльності [5, 26]. Що стосується фізичного виховання хлопчиків молодшого шкільного віку, то таких досліджень значно менше, а їх результати свідчать про таке. З 7 до 10 років в астеноїдному соматотипі найбільшим приростом відзначається координація в метаннях на дальність непровідною рукою, в торакальному – швидкісно-силові якості в метаннях, м'язовому – швидкісно-силові якості в стрибках, рухливість в плечових суглобах, дигестивному – загальна витривалість, координація в циклічних локомоціях. Упродовж 7-9 років в астеноїдному соматотипі високим приростом відзначається координація в метаннях провідною рукою, циклічних локомоціях, швидкісно-силові якості в стрибках, абсолютна сила, в торакальному – тільки рухливість в плечових суглобах, м'язовому – абсолютна сила, швидкісна витривалість, швидкість окремого руху, дигестивному – швидкісно-силових якостях у стрибках, координації в акробатичних рухових діях. Упродовж 8-10 років такими в астеноїдному соматотипі є швидкісно-силові якості в метаннях, швидкість окремого руху, в торакальному – координація в метаннях непровідною рукою, швидкісна витривалість, м'язовому (від 7 до 8, від 9 до 10 років) – швидкісно-силові якості в метаннях, дигестивному – рухливість в поперековому відділі хребта [10].

Суттєві розбіжності також встановлено [18] в морфологічних і функціональних показниках: середня довжина тіла 7-річних хлопчиків астеноїдного соматотипу складає 122,4-127,8 см, торакального – 121,1-127,9, м'язового – 120,7-127,2, дигестивного – 125,8-128,3, маси – відповідно 19,6-22,9, 21,2-24,6, 24,1-26,5 і 25,6-26,8 кг, ОГК – 57,2-61,4, 57,7-61,7, 60,9-63,0, 62,8-64,2 см, ЖЄЛ – 1162-1204, 1405-1449, 1558-1657, 1412-1454 мл, динамометрія провідної кисті – 8,2-9,8, 7,73-11,0, 10,1-14,5 5,56-9,04 кг. Аналогічні розбіжності встановлено впродовж 8-10 років.

Іншими дослідженнями [13] виявлено розбіжності в структурі фізичної підготовленості дівчаток 7-10 років різних соматотипів. Так, у 7-річних представниць торакального соматотипу найбільшим факторним навантаженням відзначається загальна (27,0%), швидкісна витривалість (21,0%), швидкісно-силові якості в стрибках (18,2%), гнучкість (12,4%), частота рухів (10,2%), у дівчаток м'язового соматотипу – швидкісно-силові якості в метаннях (24,0%), стрибках (15,5%), швидкісна витривалість (17,0%), абсолютна сила (13,5%), частота рухів (11,7%), гнучкість (10,2%). У 8 років структура фізичної підготовленості дівчаток торакального соматотипу визначається швидкісною витривалістю (19,5%), частотою рухів (17,1%), гнучкістю (15,7%), статичною силовою витривалістю (15,6%), швидкістю (11,2%) і спритністю (11,0%), дівчаток м'язового соматотипу – швидкістю (22,1%), загальною витривалістю (19,5%), швидкісно-силовими якостями в стрибках (14,7%), абсолютною силою, гнучкістю, статичною силовою витривалістю (від 11,5 до 11,9%). Аналогічні розбіжності в структурі фізичної підготовленості дівчаток цих соматотипів виявлено в 9 і 10 років.

Отже, починаючи з 7 років у представників різних соматотипів мають місце значні розбіжності в багатьох морфологічних і функціональних показниках, що входять до складу оцінки фізичного здоров'я і фізичного стану, а значить обумовлюють необхідність їх урахування а також при розробці оптимальних програм використання засобів фізичної культури покращенні зазначених характеристик стану учнів. У той же час, фрагментарність наявних даних ускладнює розробку ефективного змісту занять оздоровчої спрямованості для учнів молодших класів, що свідчить про необхідність додаткових досліджень.

З іншого боку, практично відсутні [19] роботи, спрямовані на встановлення ефективних способів реалізації таких програм у фізичному вихованні хлопчиків 7-10 років під час навчання в загальноосвітніх закладах.

Аналіз наукової літератури виявив, що реалізація будь-якої моделі потребує певної системи дій. Систему, що відзначається достатньою варіативністю, найчастіше називають методикою з більш жорсткою алгоритмічною послідовністю, що забезпечує досягнення гарантованого результату – технологією [8]. І хоча термін «технологія» запозичений з виробничої сфери, в педагогіці він використовується умовно, оскільки будь-яка педагогічна технологія не відзначається таким жорстким і визначеним характером як виробнича.

Одне з перших визначень педагогічної технології пов'язують з програмованим навчанням, згідно якого – це науковий опис педагогічного процесу (сукупність засобів і методів), що незворотно призводить до запланованого результату [23]. У середині 70-х років минулого століття педагогічну технологію розглядають вже як галузь знань, пов'язану з системою чітко встановлених дій, які забезпечують оптимізацію навчання, сьогодні – як галузь знань, що охоплює сферу практичних взаємодій учителя та учня в будь-яких видах діяльності, організованих на основі чітко визначеної мети, систематизації, алгоритмізації прийомів навчання [8] чи як проект педагогічної системи, реалізований на практиці [25].

Проектування педагогічної технології майбутнього навчально-виховного процесу є системним конструюванням, що дозволяє запрограмувати освітні ситуації, діяльність суб'єктів навчання та зі значним ступенем вірогідності гарантувати досягнення запланованого результату. Важливою рисою педагогічних технологій є вимірюваність і відтворюваність результатів, оскільки в технологічних системах не зазначають те, що неможливо виміряти і відтворити в практичній діяльності.

Незважаючи на певні розбіжності в тлумаченні поняття «педагогічна технологія», можна констатувати що її основу складає концепція певної педагогічної системи, реалізована в практичній діяльності з дотриманням таких принципів: діагностичного цілеутворення, структурно-змістової цілісності педагогічного процесу; наявності змісту педагогічного процесу й учнів з вихідними параметрами; встановлення спрямованості дидактичного процесу як сукупності діагностичної доцільності й об'єктивності контролю за його результатами; інструментальності; попереднього проектування процесу і його подальше відтворення на заняттях [25].

Результати досліджень [17, 22, 23] дозволяють виокремити два погляди на сутність й відмінність методики та технології. Так, останню розглядають як форму реалізації методики або зазначають, що поняття «технологія» є ширшим порівняно з «методикою». У зв'язку з цим, пропонується [8] таке розв'язання проблеми: технологія і методика відзначаються системністю (тобто їх основу складає система наукових закономірних положень), але ідеальна технологія характеризується жорстко визначеною системою дій, що гарантовано призводять до мети, тобто інструментальністю.

Методика передбачає різноманіття, варіативність способів реалізації теоретичних положень, а значить не передбачає гарантованого досягнення мети. Іншими словами ідеальна методика не відзначається високою інструментальністю. Оскільки ідеальна технологія та ідеальна методика зустрічаються рідко, тому будь-яка педагогічна система в залежності від рівня інструментальності буде ближче до технології (високий рівень інструментальності) або до методики (низький рівень інструментальності). Під інструментальністю педагогічної технології розуміють алгоритмізацію конкретних дій, починаючи з визначення мети, етапів, їх послідовності, а також операцій і дій, що призводять до досягнення мети; саме ця властивість забезпечує відтворення технології та гарантований результат.

Висновки:

1. Дані наукової літератури свідчать про необхідність проведення досліджень, спрямованих на вивчення особливостей зміни і прояву показників, що характеризують фізичне здоров'я і фізичний стан у групах хлопчиків молодшогошкільного віку, сформованих з використанням генетичних маркерів.

2. Одним з простих у визначенні та водночас ефективних у використанні є умовний генетичний маркер, що відображає соматичний тип конституції дітей і підлітків. Наявні поодинокі дослідження свідчать про суттєві розбіжності в прирості фізичних якостей, деяких морфологічних і функціональних показників хлопчиків 7-10 років різних соматотипів, що обумовлює необхідність проведення подальших досліджень в цьому напрямку.

3. Розробку змісту занять оздоровчої спрямованості необхідно здійснювати, враховуючи принципи проектування педагогічних технологій, оскільки це забезпечить досягнення запланованого результату в процесі фізичного виховання учнів початкової школи.

Подальші дослідження необхідно спрямувати, насамперед, на вивчення величин прояву та зміни показників, що входять до складу таких комплексних характеристик як фізичне здоров'я та фізичний стан, оскільки пріоритетним завданням фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах є досягнення їх оптимальних параметрів.

1. Акинщикова Р.И. Соматическая и психофизическая организация человека / Акинщикова Р.И. — Л.: ЛГУ, 1977. — 160 с.
2. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посіб. [для студ вищих навч. закладів] / В.Г. Арєф'єв, Г.А. Єдинак. — 3-є вид. перероб. і доповн. — Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2007. — 248 с.
3. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека / Бальсевич В.К. — М.: Теория и практика физической культуры 2000. — 275 с.
4. Волков Л.В. Биологические и педагогические основы современных технологий спортивной подготовки детей и молодёжи [метод. рекомендации] / Волков В.Л. — Варшава: Академия физической культуры 2001. — 44 с.
5. Воронова В.І. Психологія спорту: навч. посіб. [для студ, аспір., тренер. ВНЗ галузі фізичної культури та спорту] / Воронова В.І. — К.: Олимпийская литература, 2007. — 298 с.
6. Дарская С.С. Техника определения типов конституции детей и подростков / С.С. Дарская // Оценка типов конституции детей и подростков — М., 1975. — С. 45-54.
7. Єдинак Г.А. Генетичні маркери і сучасні тенденції фізичного виховання / Г.А. Єдинак // Слобожанський науково-спортивний вісник. — 2001. — № 4. — С.91—94.
8. Загвязинский В.И. Теория обучения современная интерпретация: [учеб. пособие] / В.И. Загвязинский. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 192 с.
9. Здоров'я і фізична культура Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-12 класи. — К.: Початковашкола, 2004. — 123 с.
10. Зубаль М.В. Організаційно-методичні основи розвитку фізичних якостей хлопців 7-17 років у процесі фізичного виховання: [метод. реком.] / М.В. Зубаль, Г.А. Єдинак. — Кам'янець-Подільський: ПП Зарицкий А.М., 2008. — 176 с.
11. Казначеев В.П. Адаптация и конституция человека: учеб. пособие [для студ факульт. физ. культуры] / В.П. Казначеев, С.В. Казначеев. — Новосибирск Наука, 1986. — 119 с.
12. Клиорин А.И. Биологические основы учения о конституциях человека / А.И. Клиорин, В.П. Чтецов. — Л.: Наука, 1979. — 164 с.
13. Кротов Г.В. Факторна структура фізичних здібностей дівчаток 7-10 років різних соматотипів / Г.В. Кротов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. — Х., 2005. — № 3. — С. 24—29.
14. Круцевич Т.Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: автореф. дис. на соиск. науч. степени доктора наук по физ. восп. и спорту. спец. 24.00.02 «Фізична культура фізичне виховання різних груп населення» / Т.Ю. Круцевич. — К.: НУФВиСУ, 2000. — 44 с.
15. Мейен С.В. (Нетривиальная биология). Заметки о.... / С.В. Мейен // Журнал общей биологии. — 1990. — № 1. — С. 34-37.
16. Мерлин В.С. Структура личности: характер, способности, самосознание: учеб. пособие [для спецкурса] / Мерлин В.С. — Пермь: ПГПИ, 1990. — 107 с.
17. Монахов В.М. Технологические основы проектирования и конструирования учебного процесса: [учеб. пособие] / В.М. Монахов. — Волгоград ВГУ, 1995. — 91 с.
18. Морфофункциональные психофизиологические показатели и двигательные качества детей 7-10-летнего возраста разных типов конституции [метод. рекоменд./ под ред. В.Ю. Давыдова]. — Волгоград ВГИФК, 1994. — 32 с.
19. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: [монографія]. / Н.В. Москаленко — Дніпропетровськ: Вид-во «Інновація», 2007. — 252 с.
20. Никитюк Б.А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология) / Никитюк Б.А. — М.: СпортАкадемПресс, 2000. — 440 с.
21. Основи здоров'я і фізична культура Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи. — К.: Початковашкола, 2001. — 112 с.
22. Педагогические технологии что это такое и как их использовать в школе: [учеб. пособие / под ред. Т.И. Шамовой, П.И. Третьякова]. — М.: Педагогика, 1991. — 121 с.
23. Питюков В.Ю. Основы педагогической технологии / Питюков В.Ю. — М.: Издательский центр «Академия», 1997. — 112 с.
24. Роль среды и наследственности в формировании индивидуальности человека / [под ред. И.В. Равич-Щербо]: науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. — М.: Педагогика, 1988. — 336 с.
25. Слагаемые педагогической технологии: [монографія] / В.П. Беспалько. — М.: Педагогика, 1989. — 192 с.
26. Туманян Г.С. Телосложение и спорт / Г.С. Туманян, Э.Г. Мартиросов. — М.: ФиС, 1976. — 239 с.

Надійшла до редакції 07.11.2008р.