

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ОСНОВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ

Ю.В. Васьков

Харківський обласний науково-методичний інституту безперервної освіти

Національна доктрина розвитку освіти, Закон України «Про загальну середню освіту», Закон України «Про фізичну культуру і спорт» та інші документи націлюють педагогічних працівників на підвищення рівня здоров'я підрастаючого покоління.

Вирішення проблеми вдосконалення фізичного виховання учнів загальноосвітньої школи залежить від якості навчальних програм, які є основним документом, регламентуючим діяльність педагогів. За багаторічну історію діяльності шкіл науковцями і методистами створювалися програми за різними концептуальними основами. Програми з фізичного виховання до 40-х років ХХ ст. готувалися з урахуванням основних функцій «Єдиної трудової школи». У 50-х і на початку 60-х років програми мали напрямок з умовною назвою «спортизація», і до їх змісту були введені розділи, які є прототипом певних видів спорту (легка атлетика, гімнастика, лижна підготовка, спортивні ігри тощо). Укладачі програм середини 60-х і початку 70-х років основну увагу звертали на розвиток основних рухових здібностей з метою реалізації оздоровчої функції шкільної фізичної культури. З метою урізноманітнення змісту програми середини 70-х років були введені з 7-го класу два додаткових розділи: «Художня гімнастика» і «Класична боротьба». У 1985 році вийшла нова «Комплексна програма з фізичного виховання для учнів 1—11 класів».

Назва «Комплексна» передбачала включення в програму не тільки змісту навчального матеріалу до різних розділів, а і додаткових частин шкільної фізичної культури: фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня, позакласна спортивна робота, фізкультурно-масові та спортивні заходи, професійно-прикладна фізична підготовка. Концептуальна основа цієї програми полягала в тому, що коли всі учні будуть залучені до різноманітних форм фізичної культури, то ми досягнемо високого рівня здоров'я дітей 1—11 класів.

Програми, які розроблялися в Україні з початку 90-х років до 2001 року, мало чим відрізнялися від попередніх, окрім введення в зміст орієнтовного та обов'язкового рухових тестів, Державних тестів і 12-бальної системи оцінювання навчальних досягнень учнів.

Аналіз навчальних програм за останні 50 років свідчить, що зміст навчального матеріалу

в багатьох розділах майже не змінився. Це дозволяє зробити висновок, що не існує науково-обґрунтованої концепції розробки програми як основного документа, який регламентує фізичне виховання учнів 1—11 класів, і як наслідок — не спостерігається удосконалення цього процесу. А розробити її необхідно у зв'язку з переходом школи на 12-річне навчання.

Провідним принципом шкільного фізичного виховання є особистісно орієнтований підхід, широке використання диференційованого та індивідуального навчання, різноманітних фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходів, урахування в організації цього процесу регіональних умов.

Критеріями ефективності фізичного виховання учнів є достатній рівень їх компетентності в галузі «Здоров'я і фізична культура», що виражається в опануванні теоретико-методичних знань навчальної програми «Основи здоров'я і фізична культура», відповідним рівнем фізичного розвитку та здоров'я, умінням використовувати різноманітні засоби фізичної культури в повсякденному житті, дотриманням здорового способу життя.

Однією із концептуальних основ створення програми ми вважаємо функціонально-структурний підхід. Орієнтуючись на провідні функції шкільного фізичного виховання учнів 1—11 класів (пізнавальна, виховна, розвивальна і оздоровча), ми конкретизуємо головні функції кожного ступеня навчання. Так, головною функцією першого ступеня (1—4 кл.) є введення учнів у світ фізичної культури за допомогою формування в них «школи» рухів, початкового рівня таких рухових здібностей, як швидкість, спритність, гнучкість, координація рухів, відповідного обсягу теоретико-методичних знань тощо.

До основних цілей ми відносимо:

1) формування в учнів поняття про те, що піклування людини про власне здоров'я — це не лише особиста справа, а й громадський обов'язок;

2) використовуючи різноманітні засоби фізичної культури, сприяти зміцненню здоров'я та фізичного розвитку учнів;

3) озброєння учнів уміннями та навичками організації здорового способу життя;

4) формування знань та вмінь запобігати травматизму, здійснення першої долікарської допомоги при травмах або пошкодженнях;

5) формування «школи» рухів і основних рухових здібностей.

Орієнтуючись на основні цілі, у початкових класах під час проведення різноманітних форм шкільної фізичної культури пропонуємо вирішувати такі провідні завдання пізнавального, виховного й розвивального характеру:

— досягти засвоєння учнями теоретичних тем, визначених програмою «Основи здоров'я і фізична культура»;

— навчити учнів виконувати організовуючі та стройові вправи;

— сформувати в учнів уміння виконувати різноманітні комплекси загальнорозвивальних вправ з предметами і без предметів;

— вивчити з учнями спеціальні, підготовчі й основні фізичні вправи з розділів навчальної програми;

— прийняти в учнів контрольні та навчальні нормативи, орієнтовний та обов'язковий (4 кл.) комплексний тест оцінки стану фізичної підготовленості;

— забезпечити певний обсяг елементарних уявлень учнів про фізичну культуру, її складові і засоби реалізації;

— ознайомити учнів з характерними особливостями української фізичної культури.

Далі кожне з провідних завдань передбачає більш конкретні завдання, наприклад, розвиток швидкісних здібностей або вивчення техніки перекиду вперед, засвоєння правил рухливих ігор тощо.

Головною функцією другого ступеня навчання (5—9 кл.) є створення фундаменту фізичного здоров'я учнів за допомогою подальшого розвитку рухових здібностей, сформованих на першому ступені, й активного формування силових і швидкісно-силових здібностей, загальної і спеціальної витривалості. Крім цієї функції, у 5—9 класах необхідно реалізовувати діагностично-прогностичну функцію з метою виявлення на основі певного розвитку рухових здібностей, потреб і схильностей учнів орієнтовного спортивного профілю (легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри тощо).

Відповідно до функцій шкільної фізичної культури в 5—9 класах змінюються цілі й завдання фізичного виховання учнів основної школи.

До основних цілей ми відносимо:

1) дотримання головних правил здорового способу життя;

2) продовження розвитку швидкості, спритності, координації рухів, гнучкості і формування силових та швидкісно-силових здібностей;

3) закріплення вмінь та навичок виконання спеціальних, підготовчих та основних фізичних вправ, передбачених розділами програми;

4) озброєння учнів знаннями та вміннями здійснювати самоконтроль під час виконання фізичних вправ;

5) орієнтацію учнів на вибір певного виду спорту для позакласних і позашкільних занять.

Похідними від основних цілей у середніх класах є такі провідні завдання:

— озброєння учнів теоретико-методичними знаннями, передбаченими навчальною програмою;

— досягнення засвоєння учнями основ фізичної, технічної і тактичної підготовки за всіма розділами програми, з урахуванням статевих і антропометричних особливостей, а також рівня фізичної підготовки;

— навчання учнів контролю стану фізичної підготовленості за допомогою рухових тестів;

— озброєння учнів уміннями аналізувати власний стан здоров'я за допомогою пульсу, дихання, приладів для вимірювання артеріального тиску тощо;

— прийняття в учнів контрольних навчальних нормативів та орієнтовного й обов'язкового (9 кл.) комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості та Державних тестів.

Як і в початковій школі, для кожного класу та певного розділу програми завдання конкретизуються: поглиблене засвоєння техніки виконання основних фізичних вправ; формування індивідуальних і командних тактичних дій у спортивних іграх тощо.

На основі достатнього рівня сформованості «школи» рухів, розвитку основних рухових здібностей і визначення спортивного профілю на третьому ступені головною функцією слід вважати фізкультурно-спортивне вдосконалення, у ході якого учні складають індивідуальні програми фізичного розвитку й удосконалення.

До основних цілей старшої школи ми відносимо:

1) озброєння учнів філософськими, соціально-економічними, психолого-педагогічними, екологічними та науково-теоретичними знаннями в галузі фізичної культури;

2) озброєння учнів санітарно-гігієнічними, медико-біологічними і спеціальними знаннями в галузі фізичної культури із забезпечення здорового способу життя;

3) формування основ проектування та конструювання програм індивідуального фізичного розвитку й удосконалення;

4) закріплення техніки виконання спеціальних, підвідних та основних фізичних вправ з кожного розділу програми та обраного виду спорту;

5) навчання правил та основ методики проведення занять з певного розділу програми з учнями молодших класів;

6) формування вміння досліджувати власну освітню траєкторію, динаміку зрушень у стані здоров'я й фізичної підготовленості;

7) прийняття в учнів контрольних і навчальних нормативів, орієнтовного та обов'язкового комплексного тесту (11 кл.) оцінки стану фізичної підготовленості та Державних тестів.

Похідними від основних цілей ми пропонуємо такі провідні завдання:

— засвоєння учнями актуальних науково-теоретичних знань з різних аспектів фізичної культури;

— озброєння учнів знаннями, уміннями та навичками діагностування власного стану здоров'я та фізичної підготовленості;

— навчання учнів на основі діагностики власного стану здоров'я, фізичної підготовленості та антропометричних показників розробляти програму розвитку власного здоров'я та фізичного вдосконалення;

— формування в учнів аналітичного ставлення до техніки виконання різноманітних фізичних вправ з різних розділів програми;

— навчання учнів аналізувати власний освітній продукт діяльності, який виражається в кількісних показниках виконання навчальних нормативів і рухових тестів;

— озброєння учнів змістом і методикою проведення занять фізичними вправами з учнями молодших класів.

Далі провідні завдання повинні конкретизуватися для учнів: розвиток певних м'язових груп; засвоєння комплексу вправ для правильної постанти, формування певних індивідуальних тактичних дій тощо.

Отже, процес формування компетентності учнів у галузі «Здоров'я і фізична культура» повинен носити безперервний характер протягом 11, а далі, згідно з Концепцією 12-річної середньої школи, 12 років. Якість забезпечення цього процесу залежить від належного наукового програмно-методичного забезпечення фізичного виховання школярів, розробки й упровадження пріоритетних наукових досліджень на основі постійного здійснення моніторингу рівня здоров'я і фізичного розвитку учнів, створення комп'ютерних технологій для розробки індивідуальних програм фізичного розвитку та вдосконалення.

Нова книжка



Герцик М.С., Вацеба О.М.

Г37 Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: Підручник. — Харків: «ОВС», 2005. — 240 с. ISBN 966-7858-41-3.

У підручнику міститься необхідна для студентів вищих навчальних закладів фізкультурного профілю інформація з фізичної культури та професійної діяльності в ділянці фізичного виховання, олімпійського та професійного спорту, фізичної реабілітації, рекреації та туризму.-

Викладений матеріал допоможе студентам-першокурсникам краще познайомитися зі своєю майбутньою спеціальністю, прискорить процес адаптації до специфічних умов навчання у вишому навчальному закладі, розширить знання про роль та значення фізичної культури і спорту в суспільстві.

Затверджено
Міністерством освіти і науки України
як підручник для студентів факультетів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту