

## СУЧАСНА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ЯК СКЛАДОВА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОПТИМАЛЬНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Наталія КРАВЧЕНКО

*Львівський державний університет фізичної культури*

**Анотація.** У статті розглядаються передумови створення державної навчальної програми з фізичної культури України, основаної на принципі варіативності. Аналізується стан здоров'я учнівської молоді на сучасному етапі розвитку суспільства. Вказується на потребу забезпечення рухової активності школярів середнього шкільного віку з урахуванням їх інтересів та вибору варіативних модулів навчальної програми.

**Ключові слова:** навчальна програма, рухова активність, учні середнього шкільного віку.

**Актуальність проблеми.** Серед багатьох проблем, які стоять сьогодні перед нашою державою, одна із найголовніших – це критична ситуація зі станом здоров'я школярів [2]. Згідно з даними наукових досліджень ВООЗ (2005–2010), за основними показниками здоров'я населення насамперед молодого покоління наша держава значно відстає від передових європейських країн. Велика кількість дітей має відхилення у стані здоров'я. Лише 20 % дітей шкільного віку можна вважати здоровими [6]. У перших класах до спеціальної медичної групи зараховують 5–6 % дітей, у середніх та старших класах – кожного третього школяра, а серед студентів цей показник перевищує 40 % [3]. Порівняно з 2007 роком сьогодні кількість осіб, які належать за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, збільшилася на 40 % [5].

Ситуація, що склалася, обумовлена ще й тим, що значний рівень рухової активності більшості школярів України не відповідає фізіологічним нормам. [6]. Достатній рівень рухової активності має кожна п'ята дитина шкільного віку й кожний десятий студент, що є одним із найнижчих показників у Європі. (М. Булатова, О. Литвин, 2003, Т. Виленская, 2005, Н. Москаленко, 2007).

Незважаючи на численні дослідження вітчизняних авторів (Т. Круцевич, 2000, Л. Петрина, 2006, У. Шевців, 2006, Г. Глоба, 2007), актуальною є проблема пошуку ефективних шляхів підвищення рухової активності школярів середнього шкільного віку та поліпшення їхньої фізичної підготовленості, пошуку нових підходів до змісту навчальних програм з фізичного виховання та уроків фізичної культури в школі, які б сприяли формуванню позитивної мотивації до занять фізичною культурою та спонукали б учнів самостійно займатися оздоровчою діяльністю, як у системі шкільної освіти, так і у вільний від навчання час [2].

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Роботу виконано відповідно до Зведеного навчального плану науково-дослідної роботи у галузі фізичної культури і спорту Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на 2011 – 2015 рр. за темою 3.1 «Удосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах».

**Мета** – оптимізація рухової активності учнів 5–9 класів основної медичної групи загальноосвітніх навчальних закладів через свідомий вибір варіативних модулів навчальної програми.

### **Завдання дослідження:**

1. Розкрити стан розробленості досліджуваної проблеми.
2. Розкрити передумови створення державної навчальної програми з фізичної культури, основаної на принципі варіативності.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та офіційних документів.

**Результати дослідження.** Після аналізу науково-методичної літератури ми виявили, що в середньому шкільному віці спостерігається значне зниження рухової активності на тлі падіння зацікавленості до уроку фізичної культури в школі та негативного ставлення до фізичної культури взагалі. [3]. За дисертаційними дослідженнями останніх років лише 61 % школя-

рів свідомо ставляться до фізичної культури як засобу підвищення рухової активності і визначають оздоровчу спрямованість як пріоритетну; 46 % учнів підліткового віку не відчують стійкого інтересу до уроків фізичної культури в школі, що призводить як до нерегулярного їх відвідування, так і до зниження мотивації до спортивних та фізкультурно-оздоровчих занять у позаурочний час [2]. Для підвищення рівня рухової активності вчені шукають нові підходи до укладання фізкультурно-оздоровчих та навчальних програм (О. Гордейченко, 2006, І. Бакіко, 2007, Д. Воропаєв, 2007, Л. Леськів, 2007, Н. Пугач, 2007). Також виникає потреба реформування фізичного виховання в навчальних закладах України, оскільки в останні роки збільшилася кількість смертних випадків під час виконання фізичних навантажень.

Одним із основних документів, що визначає проведення реформ у галузі фізичної культури і спорту є Рішення Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства сім'ї, молоді і спорту від 11.11.2008 р. № 13/1-2 «Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України. Відповідно до цього рішення, слід змінити зміст навчальних програм з фізичної культури, контрольні нормативи до них відповідно до вікових, індивідуальних закономірностей формування та розвитку дитини з урахуванням позитивного світового досвіду [7]. Для вирішення цього важливого завдання Міністерство освіти і науки 2008 року сформувало Всеукраїнську робочу групу. До її складу увійшли провідні учителі-практики України, науковці галузі фізичної культури і спорту, а також представники Міністерства охорони здоров'я, які ґрунтуючись на власному та кращому закордонному досвіді проведення уроків фізичної культури [4, 8, 11, 10, 12], запропонували змінити підходи до фізичного виховання в школах України. Насамперед враховувати інтереси дітей при плануванні навчального матеріалу, давати учням можливість обирати ті види спорту, які їм цікаві, диференціювати навантаження в уроці з урахуванням стану здоров'я, статі та віку та переглянути навчальні нормативи, зробивши їх доступнішими до складання. Учасники робочої групи ставили собі мету з'ясувати причини, які призводять до смертних випадках під час виконання фізичних вправ. Серед основних причин вказувалося те, що контрольні нормативи, які були в навчальних програмах до 2008 року, є заважкими та їх показники не змінювалися з кінця минулого століття. Було відзначено, що важливою складовою для безпечного проведення уроків фізичної культури є якісний медичний огляд у навчальних закладах. Такий медичний огляд та розроблені методичні рекомендації проведення занять із різними медичними групами давали би об'єктивну картину фахівцям щодо реального стану здоров'я дітей у навчальних закладах та особливостей фізичного навантаження в уроці. Результатом діяльності Всеукраїнської робочої групи стала поява концептуально нової навчальної програми з фізичної культури для учнів 5–11 класів. В основі цієї програми лежить зміна підходів до викладання предмета «Фізична культура». Основний принцип навчальної програми – це принцип варіативності, який має на меті сприяти формуванню стійкої мотивації щодо збереження здоров'я та поліпшення фізичного розвитку й фізичної підготовленості, використанню засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя, забезпечувати гармонійний розвиток природних здібностей та психічних якостей [9].

Сучасна навчальна програма містить дві складові: інваріантну та варіативну. Потребу в такому розподілі складових навчальної програми підтверджує дисертаційне дослідження І. Бакіко (2007). Згідно з цим дослідженням, 72% – 86 % учителів фізичної культури схилилися до думки, що в сучасних умовах необхідна програма, в якій би була базова та варіативна складова.

Інваріантна складова навчальної програми – традиційно визначений навчальний матеріал, що становить змістову частину, рекомендованої Міністерством освіти і науки молоді та спорту до засвоєння в усіх навчальних закладах.

Варіативна складова – комплекс фізичних вправ з певних видів спорту, що становить змістову частину навчальної програми, обраний у конкретному навчальному закладі на сонові його традицій, бази, кадрового потенціалу та бажання учнів [1]. Варіативну складову програму обумовлено необхідністю врахування індивідуальних особливостей та інтересів дітей, регіональних та національних особливостей роботи шкіл, спортивної спеціалізації конкретних вчителів.

До інваріантної складової належать такі види як теоретичні відомості та загальна фізична підготовка. До варіативної частини введені вправи із шістнадцяти видів спорту, які школя-

рі разом учителями фізичної культури мають можливість обирати для вивчення в тому чи іншому класі. Вибір того чи іншого виду спорту, на думку авторів програми, дав би змогу врахувати інтереси дітей до занять фізичною культурою як і в урочний, так і в позаурочний час, збільшив би рухову активність школярів до фізіологічно обґрунтованої норми, а також поліпшив стан здоров'я. Важливим новітнім підходом навчальної програми з фізичної культури є зміна в оцінюванні навчальних досягнень учнів. Запроваджено систему нарахування «бонусних» балів. Суть такої системи в тому, що під час виставлення тематичного оцінювання учитель фізичної культури може збільшити оцінку школярам, враховуючи особисті досягнення учнів упродовж навчального року, ступінь активності школярів під час уроків, залучення учнів до занять фізичною культурою та спортом у позаурочний час, участь у спортивних змаганнях усіх рівнів [9].

Окрім цього, у державній програмі порівняно з попередньою, відсутня сітка годин. Це дає можливість учителями фізичної культури творчо підходити до планування навчального матеріалу для вирішення проблем фізичного виховання. Створено широкий вибір шляхів організації навчально-виховного процесу. Відповідно до місцевих умов, матеріальної бази школи, регіональних традицій, рівня підготовленості та інших чинників учителі, можуть добирати засоби й методи розвитку фізичних якостей, формувати рухові уміння й навички вирішення оздоровчих та виховних завдань.

Учителі мають можливість удосконалювати навчальну програму з фізичної культури. Це нововведення, за умови високої професійної підготовки учителів, дозволяє повніше реалізувати творчі можливості педагогів, підвищити результативність фізичного виховання у школах [1].

**Висновок.** Основними передумовами створення державної програми з фізичної культури, основаної на принципі варіативності, було те, що в попередніх навчальних програмах не враховувалися інтереси школярів щодо вибору фізичних вправ, які жорстко регламентовані державною програмою. Не враховувалися також індивідуальні особливості розвитку дітей у різні вікові періоди, не диференціювалися фізичні навантаження з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичної підготовленості дітей. Окрім цього, не була розроблена достатньо ефективна система оцінювання успішності учнів. Створення навчальної програми зумовлено також і значною кількістю смертних випадків під час фізичного навантаження.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші наші дослідження спрямовуватимуться на дослідження реального стану матеріально-технічної бази, готовності учителів фізичної культури до впровадження інноваційних підходів до планування навчального матеріалу та проведення уроків фізичної культури з урахуванням інтересів учнів.

### Список літератури

1. *Бакіко І. В.* Поєднання базової і варіативної частин програми з фізичної культури школярів : автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 / ВДУ ім. Лесі Українки – Луцьк, 2007. – 202 с.
2. *Безверхня Г. В.* Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11 класів : дис... канд. наук. з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 / Безверхня Г. В.; ЛДУФК. – 2004. – 23 с.
3. *Безверхня Г. В.* Фактори, що впливають на формування мотивації рухової активності школярів // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – № 3/4. – С. 99-102.
4. *Кириленко О.* Дослідження рівня рухової активності в системі факторів ризику для здоров'я : досвід США та країн Європейського Союзу / Олена Кириленко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 4. – С. 47-52.
5. Концепція загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичного виховання і спорту на 2012-2016 рр
6. *Круцевич Т. Ю.* Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. література, 2010. – С. 56-58.

7. Рішення Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства сім'ї, молоді і спорту від 11.11.2008 р. № 13/1-2 «Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України».

8. Турчик І. Х. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті Англії : дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 / Львівський держ. ін-т фізичної культури. – Л., 2005.

9. Фізична культура в школі : 5-11 класи : методичний посібник / за заг. ред. С. М. Дятленка. – К. : Літера ЛТД, 2011. – С. 64-70.

10. Шиян О. І. Державна політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді : монографія / О.І.Шиян. – Л. : Львівський державний університет фізичної культури, 2010. – 295 с.

11. Aktywność ruchowa w swietle badań fizjologicznych i promocji zdrowia / pod red. M. Zaton i Zb. Jethon. – Wrocław, 1998. – 211 s.

12. Janusz Dielski. Zycie jest ruhem. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego. – Warszawa, 1996. – S. 26-28.

**СОВРЕМЕННАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА  
КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОПТИМАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ  
ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Наталія КРАВЧЕНКО**

*Львовский государственный университет физической культуры*

**Аннотация.** В статье рассматриваются предпосылки создания государственной учебной программы по физической культуре Украины, которая основана на принципе вариативности. Анализируется состояние здоровья учащихся на современном этапе развития общества. Указывается на необходимость обеспечения двигательной активности школьников с учетом их интересов и сознательного выбора вариативных модулей учебной программы.

**Ключевые слова:** учебная программа, двигательная активность, учащиеся среднего школьного возраста.

**MODERN EDUCATIONAL PROGRAM  
AS A PART OPTIMUM MOTOR ACTIVITY JUNIOR SCHOOL AGE**

**Natalia KRAVCHENKO**

*Lviv State University of Physical Culture*

**Annotation.** The article discusses prerequisites for development of state curriculum in physical culture of Ukraine, based on the principle of variability. We analyze the health of pupils at the present state of development of society. Highlights the need to ensure the physical activity of pupil's middle age, taking into account their interests and varied selection of modules of the curriculum.

**Key words:** curriculum, physical activity, pupil's middle school age.