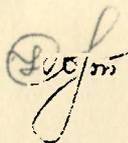


У 511,47  
С 65

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

**СОРОКОЛІТ НАТАЛІЯ СТЕФАНІВНА**



УДК 796.011.3:348.147-057.874

**УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ 5–9 КЛАСІВ  
ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ВАРІАТИВНИХ МОДУЛІВ  
НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання  
різних груп населення

**АВТОРЕФЕРАТ**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата наук з фізичного виховання та спорту

Львів – 2015

Дисертацією є рукопис.  
Роботу виконано у Львівському державному університеті фізичної культури,  
Міністерство освіти і науки України.

**Науковий керівник** – доктор наук з державного управління, професор  
**Шиян Олена Іллівна**,  
Львівський державний університет фізичної культури,  
завідувач кафедри здоров'я людини

**Офіційні опоненти** – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор  
**Москаленко Наталія Василівна**,  
Дніпропетровський державний інститут  
фізичної культури і спорту,  
проректор з наукової діяльності;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту  
**Гордійчук Віктор Іванович**,  
Луцький інститут розвитку людини Університету «Україна»,  
доцент кафедри фізичної реабілітації

Захист відбудеться 29 травня 2015 р. о 15 годині на засіданні спеціалізованої  
вченої ради Д 35.829.01 Львівського державного університету фізичної культури  
(79007, м. Львів, вул. Т. Костюшка, 11).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Львівського державного  
університету фізичної культури (79007, м. Львів, вул. Т. Костюшка, 11).

Автореферат розіслано 28 квітня 2015 р.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради



А. С. Вовканич

**БІБЛІОТЕКА**  
Львівського державного  
університету фізичної  
культури

**ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ**

**Актуальність теми.** У концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки наголошено, що обмежена рухова активність є однією із вагомих причин виникнення проблеми зниження рівня здоров'я населення України. Доведено, що достатній рівень рухової активності оздоровчої спрямованості в Україні має лише кожна п'ята дитина шкільного віку і кожен десятий студент. Цей показник є одним із найнижчих показників у Європі (ВООЗ, 2010).

Дослідники (М. М. Булатова, 2006; Т. Ю. Круцевич, 2007; В. В. Білецька, 2007; Н. В. Москаленко, 2009; Є. Н. Приступа, 2010; Ю. В. Петришин, 2010; В. В. Соломонко, 2010; В. І. Гордійчук, 2014; І. Р. Боднар, 2014 та ін.) звертали увагу як на погіршення стану здоров'я та фізичної підготовленості школярів, так і на потребу в удосконаленні програмного забезпечення предмета.

Відзначимо, що міжнародний досвід свідчить про підвищення ефективності фізичного виховання у країнах, де діють навчальні програми, що ґрунтуються на принципі варіативності (G. Britwisle, 1991; R. Ciesliński, 2000; A. Cabak, 2004; K. Koczanowicz, 2010; A. Nowak, 2013). Науковці, що досліджували фізичне виховання школярів за кордоном, стверджують, що такі підходи сприяють оптимізації фізичної підготовленості учнів, збільшенню інтересу до фізичного виховання та формують навички здорового способу життя (Є. Н. Приступа, 2008; Л. Зайнутдинов, 2008; В. А. Нижегородова, 2009; R. Malinauskas, 2009; І. Х. Турчик, 2010; О. І. Шиян, 2010; Е. С. Вільчковський, 2010; В. В. Пасічник, 2012 та ін.).

Аналіз наукової та методичної літератури свідчить, що проблемам нормативно-програмного забезпечення фізичного виховання школярів в Україні присвячено чимало праць (М. Д. Зубалій, 2006; В. І. Майер, 2006; В. В. Дерев'яко, 2006; І. В. Бакіко, 2007; В. М. Єрмолова, 2012; Т. Ю. Круцевич, 2009–2013; Н. В. Москаленко, 2010–2014 та інші).

Реформування фізичного виховання в Україні (2008 р.) зумовило низку змін. Так, 2009 року затверджено нову навчальну програму з фізичної культури для учнів 5–9 класів, яка містить низку нововведень порівняно з попередніми програмами, а саме: нові підходи до планування навчального матеріалу. На початку ці зміни не отримали єдиної схвальної думки науковців та учителів-практиків. У 2013/2014 н.р. завершено перший цикл навчання учнів 5–9 класів за модульною програмою, що зумовило погіршення в дослідженні її ефективності та шляхів удосконалення.

Актуальність дослідження обраної теми підтверджують також дисертаційні роботи, в яких обґрунтовано необхідність розподілу змісту навчальної програми на базову та варіативну складову (І. В. Бакіко, 2007); доведено взаємозв'язок між потребою-мотиваційним компонентом чинної навчальної програми та фізичною підготовленістю учнів 7–8 класів (І. В. Лисак, 2013); визначено рівень фізичного стану сільських школярів у процесі факультативних занять фізичною культурою в умовах модульного навчання (В. І. Гордійчук, 2014).

Проте на сучасному етапі цілісних наукових досліджень, присвячених удосконаленню фізичного виховання учнів 5–9 класів із застосування варіативних модулів навчальної програми, ми не виявили. Актуальність, рівень розробленості

проблеми, її наукова та соціальна значущість зумовили вибір теми, мети й завдань дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано у Львівському державному університеті фізичної культури відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2011–2015 рр. за темою 3.1 «Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах» (номер державної реєстрації 0111U001733) та наказу Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 21.01.2013 р. № 31 «Про утворення робочих груп із розроблення навчальних програм для поглибленого вивчення базових дисциплін у загальноосвітніх навчальних закладах». Роль автора як співвиконавця теми полягала в розробленні та дослідженні ефективності варіативних модулів навчальної програми для учнів 5–9 класів.

**Мета дослідження** – удосконалити фізичне виховання школярів 5–9 класів, застосовуючи варіативну складову навчальної програми.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити аналіз та узагальнення програмного забезпечення фізичного виховання школярів кінця ХХ – початку ХХІ століття.

2. Розробити варіативні модулі навчальної програми з фізичної культури для учнів 5–9 класів та експериментально перевірити ефективність їх поєднання.

3. Виявити ставлення учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів до фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми.

4. З'ясувати реальний стан упровадження варіативних модулів навчальної програми в загальноосвітніх навчальних закладах та підготувати методичні рекомендації щодо удосконалення фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми.

**Об'єкт дослідження:** програмне забезпечення фізичного виховання школярів.

**Предмет дослідження:** варіативна складова навчальної програми з фізичної культури для учнів 5–9 класів.

**Методи дослідження.** Аналіз та узагальнення даних наукової і методичної літератури та програмно-нормативних документів здійснено для виявлення проблемного поля досліджень і стану висвітлення досліджуваного питання; соціологічні методи (опитування учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів за допомогою анкетування) були спрямовані на визначення ставлення фахівців та учнів до фізичного виховання в умовах модульного навчання, а також виявлення реального стану впровадження варіативних модулів у школах, їх відповідності до матеріальної бази та інтересів школярів; педагогічні методи (експеримент, тестування) застосовано для перевірки ефективності навчальної програми; методи математичної статистики використано для обробки фактичного експериментального матеріалу й оцінювання достовірності отриманих даних.

**Наукова новизна отриманих результатів:**

– *уперше* теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність навчальної програми з фізичної культури, що ґрунтується на принципі варіативності для учнів 5–9 класів, яка розроблена з урахуванням кращого

вітчизняного та світового досвіду та містить низку нововведень порівняно з попередніми програмами, а саме: розподіл навчального матеріалу на інваріантну та варіативну складові; необхідність урахування інтересів і схильностей школярів при плануванні навчального матеріалу; відсутність пріоритетного навчального матеріалу (легка атлетика й футбол) та матеріалу для обов'язкового повторення; залучення учнів до планування навчального матеріалу (урахування вибору учнями варіативних модулів); самостійність навчального закладу у виборі видів спорту; можливість зміни варіативних модулів у кожному новому навчальному році; нові підходи в оцінюванні навчальних досягнень учнів середнього шкільного віку, зокрема недомінантна оцінка за норматив та система нарахування «бонусних» балів;

– *уперше* експериментально перевірено раціональність поєднання варіативних модулів навчальної програми (легка атлетика, волейбол, гімнастика) для поліпшення фізичної підготовленості школярів. Запропоновано найефективніший спосіб поєднання варіативної складової навчальної програми для розвитку фізичних якостей – бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, плавання, волейбол, футбол;

– *уперше* запропоновано шляхи підвищення фахової готовності учителів фізичної культури до реалізації навчальної програми через укладання методичних рекомендацій та професійного спецкурсу;

– *удосконалено* варіативну складову навчальної програми з фізичної культури для учнів середнього шкільного віку;

– *удосконалено* навчальну програму та навчальні плани курсової перепідготовки учителів фізичної культури;

– *набули подальшого розвитку* наукові дані про інтереси учнів до вивчення варіативних модулів упродовж середнього шкільного віку;

– *набули подальшого розвитку* наукові дані про передумови реформування фізичного виховання в Україні та за кордоном;

– *набули подальшого розвитку* наукові дані про ставлення учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів до фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми;

– *набули подальшого розвитку* наукові дані про особливості навчальних програм з фізичної культури в період незалежності України.

**Практичне значення** результатів дослідження полягає в розробленні навчальної програми, що ґрунтується на принципі варіативності та впровадженні варіативних модулів з легкої атлетики, волейболу та гімнастики в навчально-виховний процес загальноосвітніх навчальних закладів, а також розробленні та впровадженні спецкурсу для учителів фізичної культури «Аналіз навчальних програм» під час курсів підвищення кваліфікації.

Результати дослідження використано при проведенні уроків фізичної культури у ССШ № 2, СЗШ № 36, СЗШ № 50 м. Львова, СЗШ № 34 м. Херсона, СЗШ № 19 м. Хмельницького; у практиці підготовки та курсової перепідготовки учителів фізичної культури в Дрогобицькому державному педагогічному університеті імені Івана Франка, Комунальному закладі Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», Комунальному вищому навчальному

закладі «Херсонська академія неперервної освіти» Херсонської області; у тренувальному процесі вихованців Хмельницького обласного центру фізичного виховання, що підтверджено актами впровадження.

Результати дисертації можуть бути використані при укладанні навчальних програм, спецкурсів і спецсеминарів з теорії та методики фізичного виховання для студентів вищих навчальних закладів, слухачів курсів підвищення кваліфікації.

**Особистий внесок здобувача** полягає у визначенні власного методологічного підходу при постановці проблеми, конкретизації напрямів організації і проведення дослідження, у збиранні, аналізі даних ставлення учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів до нововведень та фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми, експериментальній перевірці ефективності варіативних модулів з легкої атлетики, гімнастики, волейболу; розробленні професійного спецкурсу для учителів фізичної культури під час курсів підвищення кваліфікації та методичних рекомендацій щодо реалізації навчальної програми. У спільних публікаціях здобувачеві належить розроблення навчальної програми з фізичної культури та варіативних модулів з легкої атлетики, гімнастики, волейболу, дослідження реального стану впровадження варіативної складової програми, його відповідності до матеріальної бази шкіл та інтересів учнів, виявлення проблем впровадження варіативних модулів, узагальнення результатів опитування учителів, учнів, аналіз та інтерпретація отриманих даних.

**Апробація результатів дисертації.** Основні теоретичні положення, експериментальні дані та висновки дисертаційного дослідження оприлюднено на міжнародних науково-практичних, всеукраїнських наукових конференціях та школах передового педагогічного досвіду, науково-практичних семінарах і форумах учителів фізичної культури, зокрема на VI Міжнародній науково-практичній конференції «Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи» (Дрогобич, 2011); Всеукраїнській школі педагогічного досвіду та обласному науково-практичному семінарі для методистів районних (міських) методкабінетів Херсонської області «Перспективи розвитку фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів у контексті особисто орієнтованої парадигми освіти» (Херсон, 2011); Міжнародній науковій конференції «Культура фізична: наукові питання фізичного виховання та спорту» (Кишинів, 2012); Міжнародній науково-практичній конференції «Здоров'я і рухова активність: соціально-економічні та медичні аспекти» (Київ, 2013); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Моніторинг рівня здоров'я учнівської молоді: здобутки та перспективи» (Київ, 2013); Міжнародній науковій конференції «Молода спортивна наука України» (Львів, 2012–2014); X Міжнародній науковій конференції «Сучасні наукові досягнення – 2014» (Прага, 2014).

**Публікації.** Зміст та результати дисертаційного дослідження відображено у 20 публікаціях, з яких 7 – у фахових виданнях України (п'ять публікацій у виданнях, які внесено до міжнародних наукометричних баз), 1 – у закордонному періодичному виданні, 12 – в інших виданнях. Вісім статей виконано одноосібно. Серед публікацій, які висвітлюють результати дисертаційного дослідження, – 4 посібники.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертаційна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних літературних джерел та додатків. Роботу викладено на 255 сторінках друкованого тексту, з них 180 сторінок основного тексту, що містить 39 таблиць, 12 рисунків. У роботі використано 196 джерел, з яких 29 праць – іноземних.

### ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено об'єкт і предмет, мету й завдання дослідження; показано зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами; розкрито наукову новизну, практичне значення отриманих результатів та особистий внесок здобувача; подано дані апробації роботи і впровадження її результатів у практику; загальні відомості про публікації, в яких висвітлено основні положення дисертаційного дослідження.

У першому розділі «Сучасний стан програмного забезпечення фізичного виховання школярів в Україні та за кордоном» проаналізовано й узагальнено дані наукової і методичної літератури щодо особливостей фізичного виховання в Україні та за кордоном. Ми здійснили аналіз етапів розвитку фізичного виховання в Україні (О. І. Шиян, 2012); розкрили основні особливості реалізації навчальних програм з фізичної культури в період 1991–2014 рр. (М. Д. Зубалій, 2006; В. І. Майєр, 2006; В. В. Дерев'яно, 2006; І. В. Бакіко, 2007; Т. Ю. Круцевич, 2009–2013; Н. В. Москаленко, 2011; В. М. Єрмолова, 2012; І. В. Лисак, 2013); окреслили проблеми вітчизняної освіти кінця ХХ століття (І. С. Ясінська, 1996; І. Д. Бех, 2003; О. М. Пехота, 2006; С. О. Моїсєєв, 2009 та ін.); виявили причини реформування фізичного виховання (О. І. Шиян, 2009; Н. В. Москаленко, 2011; Т. Ю. Круцевич, 2012 та ін.); представили завдання, порівняльний аналіз та особливості фізичного виховання в Україні та європейських країнах, де діють навчальні програми, що ґрунтуються на принципі варіативності (І. Х. Турчик, 2005; Є. Н. Приступа, 2007; В. В. Пасічник, 2009; Е. С. Вільчковський, 2012). Виявлено неоднозначне ставлення науковців до розроблення та впровадження навчальної програми, що базується на принципі варіативності. Зважаючи на підписання Україною Угоди про Асоціацію з Європейським Союзом, інтеграцію нашої держави в освітній європейський простір, постає необхідність в уніфікації системи освіти загалом та фізичного виховання зокрема, що підтвердило необхідність експериментальної перевірки ефективності навчальної програми та раціонального застосування варіативних модулів у фізичному вихованні.

У другому розділі дисертації «Методи та організація дослідження» подано систему взаємопов'язаних методів наукового дослідження для вирішення поставлених завдань, що відповідають об'єктові, предметові, меті цієї роботи. Описано організацію та проведення експерименту.

Дослідження проводилося упродовж 2009–2014 рр. і передбачало три етапи.

*Перший етап* (2009–2011 рр.) був присвячений аналізу проблеми, написанню обґрунтування теми дослідження, визначенню мети, завдань, об'єкта та предмета дослідження, розробленню навчальної програми з урахуванням європейського досвіду та варіативних модулів з легкої атлетики, гімнастики та волейболу.

На другому етапі (2011–2012 рр.) досліджено реальний стан фізичного виховання учнів 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів (ЗНЗ) з урахуванням інтересів школярів. Виявлено ставлення фахівців та учнів до фізичного виховання в умовах модульного навчання. Опитано 400 учителів фізичної культури та 2290 учнів 5–9 класів.

На третьому етапі (2012–2014 рр.) здійснено експериментальну перевірку ефективності навчальної програми, математичну обробку результатів педагогічного експерименту та оформлення дисертаційної роботи. Педагогічний експеримент тривав один навчальний рік, містив констатувальну та формувальну частини.

Констатувальний експеримент передбачав визначення рівня фізичної підготовленості, наявних інтересів учнів до занять фізичними вправами.

Під час формувального експерименту досліджувалася ефективність застосування варіативних модулів навчальної програми через визначення рівня фізичної підготовленості школярів. Шляхом випадкової вибірки обрано три експериментальні групи (ССШ № 50 (ЕГ<sub>1</sub>), СЗШ № 36 (ЕГ<sub>2</sub>), СЗШ № 2 (ЕГ<sub>3</sub>) м. Львова) та одну контрольну групу (СЗШ № 1 (КГ) м. Червонограда). До педагогічного експерименту було залучено по 150 учнів 5–9 класів у кожній школі (75 хлопців та 75 дівчат основної медичної групи), з них по 30 учнів у кожній паралелі класів. Загалом 600 школярів.

В ЕГ<sub>1</sub> упродовж навчання у 5–9 класах вивчено 5 варіативних модулів. На кожен із них відведено 17 годин. Упроваджено легку атлетику, гімнастику, баскетбол, волейбол, футбол.

В ЕГ<sub>2</sub> упроваджено 6 варіативних модулів у 5–6 класах: бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, плавання, волейбол, футбол (на вивчення кожного модуля відведено по 15 годин); 5 варіативних модулів у 7 класі: бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, волейбол, футбол (кожний вид спорту вивчали упродовж 15 уроків); 4 варіативні модулі для учнів 8–9 класів: бадмінтон, легка атлетика, волейбол, футбол (21 урок на вивчення кожного модуля).

В ЕГ<sub>3</sub> впроваджено 4 варіативні модулі для учнів 5–9 класів – футбол, легка атлетика, баскетбол, гандбол (17 годин на вивчення кожного варіативного модуля).

Школярі КГ вивчали легку атлетику (10 год), гімнастику (12 год), баскетбол (10 год), волейбол (11 год), футбол (33 год), орієнтовний (обов'язковий) комплексний тест (12 год). Ефективність запропонованої програми визначено шляхом порівняння показників фізичної підготовленості експериментальних (за модульною програмою) та контрольної груп (за попередньою програмою).

У третьому розділі «Наукове обґрунтування навчальної програми, що ґрунтується на принципі варіативності, та ефективність її застосування в системі фізичного виховання учнів 5–9 класів» розкрито особливості навчальної програми з фізичної культури, яка базується на принципі варіативності (рис. 1), та доведено її ефективність.

Інструментарієм перевірки ефективності навчальної програми є орієнтовні навчальні нормативи, які внесені до авторських варіативних модулів.

На початку педагогічного експерименту здійснено порівняння фізичної підготовленості учнів експериментальних груп із контрольною. Установлено, що фізична підготовленість школярів груп статистично однакова.

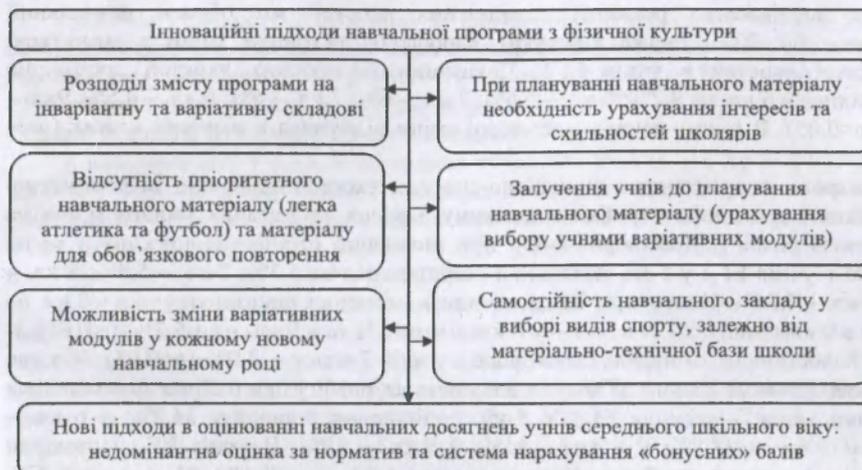


Рис. 1. Особливості модульної навчальної програми

Таблиця 1

Біг 30 м, ( $\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$ )

Групи експерименту	Період тестувань	Класи				
		5 клас, (с) (n=30)	6 клас, (с) (n=30)	7 клас, (с) (n=30)	8 клас, (с) (n=30)	9 клас, (с) (n=30)
		Середнє арифметичне				
ЕГ <sub>1</sub> n=150	до експер.	5,77±0,07	5,53±0,07	5,32±0,05	5,33±0,06	4,95±0,11
	по закінч.	5,67±0,08	5,44±0,08	5,05±0,05	5,19±0,05	4,84±0,10
	приріст	<b>0,1</b>	<b>0,09</b>	<b>0,27<sup>*</sup></b>	<b>0,14</b>	<b>0,11</b>
	%	<b>1,8</b>	<b>1,7</b>	<b>5,3</b>	<b>2,7</b>	<b>2,3</b>
ЕГ <sub>2</sub> n=150	до експер.	5,82±0,10	5,50±0,07	5,29±0,05	5,10±0,07	5,02±0,06
	по закінч.	5,33±0,07	5,21±0,05	4,99±0,05	4,88±0,08	4,75±0,07
	приріст	<b>0,5<sup>*</sup></b>	<b>0,29<sup>*</sup></b>	<b>0,3<sup>*</sup></b>	<b>0,22<sup>***</sup></b>	<b>0,27<sup>*,***</sup></b>
	%	<b>9,2</b>	<b>5,6</b>	<b>6</b>	<b>4,5</b>	<b>5,7</b>
ЕГ <sub>3</sub> n=150	до експер.	5,74±0,06	5,56±0,09	5,62±0,09	5,33±0,07	5,41±0,13
	по закінч.	5,60±0,07	5,40±0,09	5,52±0,09	5,24±0,09	5,20±0,10
	приріст	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>0,1</b>	<b>0,09</b>	<b>0,21</b>
	%	<b>2,5</b>	<b>3</b>	<b>1,8</b>	<b>1,7</b>	<b>4</b>
КГ n=150	поч. року	5,62±0,07	5,60±0,07	5,43±0,08	5,18±0,08	5,16±0,09
	кінець року	5,64±0,07	5,46±0,08	5,29±0,07	5,04±0,10	5,04±0,10
	приріст	<b>-0,02</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14<sup>**</sup></b>	<b>0,14</b>	<b>0,12<sup>**</sup></b>
	%	<b>-0,4</b>	<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>2,8</b>	<b>2,4</b>

Примітки: \* – достовірна різниця між показниками експериментальної та контрольної груп ( $p < 0,05$ );

\*\* – достовірна різниця між показниками КГ та ЕГ<sub>3</sub> ( $p < 0,05$ );

\*\*\* – достовірна різниця в показниках у межах групи ( $p < 0,05$ ).

Для дослідження розвитку швидкісних якостей ми обрали навчальний норматив – біг 30 м (легка атлетика). Виявлено достовірні зміни в розвитку швидкісних якостей в учнів ЕГ<sub>2</sub>. Показники швидкісних якостей достовірно поліпшилися у 5 кл. на 9,2%; 6 кл. – 5,6%; 7 кл. – 6%; 7 кл. – 6%; 8 кл. – 4,5%; 9 кл. – 5,7% (p<0,05). В інших групах достовірні зміни відбулися в окремих класах (див. табл.1).

Контроль за зростанням швидкісно-силових якостей здійснено за допомогою навчальних нормативів: стрибка в довжину з місця та метання малого м'яча на дальність із розбігу. Достовірні зміни при виконанні стрибка в довжину з місця виявлено в учнів ЕГ<sub>2</sub>: у 5 кл. показники поліпшилися на 5,3%; 7 кл. – 5,8%; 8 кл. – 4,5%; 9 кл. – 7,34%. У школярів ЕГ<sub>3</sub> достовірно змінилися показники учнів у 8 кл. на 4,5% та в 9 класі на 5,6%, а в ЕГ<sub>1</sub> – у 8 класі – на 5% та в 9 кл. – на 5,7% (p<0,05). В учнів КГ достовірні зміни виявлено лише в учнів 7 класу – 4,9% (p<0,05). Під час виконання метання малого м'яча на дальність із розбігу достовірно поліпшилися показники учнів 5–9 класів ЕГ<sub>2</sub>. У 5 кл. поліпшення становить 34,2%; у 6 кл. – 13,7%; у 7 кл. – 38,8%; у 8 кл. – 15%; у 9 кл. – 17%. В учнів ЕГ<sub>1</sub> достовірно змінилися результати у 7 класі, – зростання дорівнює 20,8%. У школярів ЕГ<sub>3</sub> достовірні зміни виявлено в учнів 6 класу. Показники поліпшилися на 17,4% (p<0,05). В учнів КГ достовірних змін у межах групи не виявлено в жодному класі. Як приклад, надаємо результати дослідження у стрибках у довжину з місця (табл.2)

Таблиця 2

Стрибок у довжину з місця, ( $\bar{x} \pm S$ )

Групи експерименту	Період тестувань	Класи				
		5 клас,(см) (n=30)	6 клас,(см) (n=30)	7 клас,(см) (n=30)	8 клас,(см) (n=30)	9 клас,(см) (n=30)
Середнє арифметичне						
ЕГ <sub>1</sub> n=150	до експер.	156,97±3,42	167,73±3,74	172,40±3,53	170,37±3,42	186,20±5,29
	по закінч.	161,93±3,64	172,27±3,66	176,53±3,59	178,93±4,75	196,73±4,02
	приріст	<b>4,96</b>	<b>4,54</b>	<b>4,13</b>	<b>8,56<sup>***</sup></b>	<b>10,53<sup>****</sup></b>
	%	<b>3,2</b>	<b>2,7</b>	<b>2,4</b>	<b>5</b>	<b>5,7</b>
ЕГ <sub>2</sub> n=150	до експер.	156,43±2,82	159,50±2,97	161,67±4,39	177,00±5,12	185,40±5,54
	по закінч.	164,67±3,57	166,33±3,27	171,00±3,94	185,00±5,37	199,00±5,27
	приріст	<b>8,24<sup>***</sup></b>	<b>6,83</b>	<b>9,33<sup>***</sup></b>	<b>8<sup>***</sup></b>	<b>13,6<sup>****</sup></b>
	%	<b>5,3</b>	<b>4,3</b>	<b>5,8</b>	<b>4,5</b>	<b>7,34</b>
ЕГ <sub>3</sub> n=150	до експер.	157,30±1,84	159,50±3,43	163,17±3,59	171,33±5,11	175,50±6,48
	по закінч.	163,07±2,17	166,33±3,29	168,47±3,35	179,00±6,22	185,33±6,98
	приріст	<b>5,77</b>	<b>6,83</b>	<b>5,3</b>	<b>7,67<sup>***</sup></b>	<b>9,83<sup>***</sup></b>
	%	<b>3,7</b>	<b>4,3</b>	<b>3,2</b>	<b>4,5</b>	<b>5,6</b>
КГ n=150	на поч.року	163,67±3,68	167,5±4,79	170,67±4,90	178,00±4,27	184,33±4,26
	в кінці року	168,83±4,88	171,83±4,88	179,00±4,25	184,17±4,26	184,67±6,02
	приріст	<b>5,16</b>	<b>4,33</b>	<b>8,33<sup>**</sup></b>	<b>6,0</b>	<b>0,34</b>
	%	<b>3,2</b>	<b>2,6</b>	<b>4,9</b>	<b>3,4</b>	<b>0,18</b>

Примітка: – достовірна різниця між показниками експериментальної та контрольної груп (p<0,05);

– достовірна різниця між показниками КГ та ЕГ<sub>3</sub> (p<0,05);

\*\*\* – достовірна різниця в показниках у межах групи (p<0,05).

Розвиток гнучкості досліджено за навчальним нормативом «Нахил уперед із положення сидячи». Проведений педагогічний експеримент показав, що достовірно поліпшилися показники гнучкості в учнів 5–6 та 8–9 класів в усіх експериментальних групах, у той час як у школярів КГ – лише у школярів 7 класу. Середні показники учнів цієї групи поліпшилися на 23,6%.

У школярів ЕГ<sub>2</sub> у 5 кл. поліпшення становить 69,6%; у 6 кл. – 27%; у 8 кл. – 28,6%; у 9 кл. – 24,1% ( $p < 0,05$ ). У школярів ЕГ<sub>1</sub> встановлено достовірне поліпшення показників: у 5 кл. результати учнів поліпшилися на 49,5%; у 6 кл. – на 43,8%; у 8 кл. – на 41,7%; у 9 кл. – на 29,7%). В ЕГ<sub>3</sub>: у 5 кл. – на 34,5%; у 6 кл. – на 28%; у 8 кл. – на 58,1%; у 9 кл. – 30,4% ( $p < 0,05$ ).

Для перевірки розвитку сили ми використали фізичну вправу, яка внесена до змісту варіативного модуля з гімнастики, – згинання та розгинання рук в упорі лежачи (хлопці) та в упорі лежачи від лави (дівчата). Достовірні зміни показників виявлено в учнів ЕГ<sub>1</sub> та ЕГ<sub>2</sub>. Результати школярів ЕГ<sub>1</sub> достовірно змінилися: у 5 кл. приріст становив 39,3%; у 6 кл. – 34,9%; у 7 кл. – 28,6%; у 8 кл. – 25,7%. У школярів ЕГ<sub>2</sub> виявлено достовірні зміни в 5–7 та 9 класах: 5 кл. – 53,1%; 6 кл. – 20,8%; 7 кл. – 22,2%; 9 кл. – 55,4%; в учнів ЕГ<sub>3</sub> достовірно змінилися показники у 6 і 8 класах: 6 кл. – 21,6%; 8 кл. – 29,4% ( $p < 0,05$ ); у школярів КГ достовірні зміни виявлено у 5 кл. зростання становило 15,4%.

Проведений педагогічний експеримент показав, що для розвитку фізичних якостей в учнів 5–9 класів найбільш ефективним є варіант поєднання таких варіативних модулів, як у ЕГ<sub>2</sub>: бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, плавання, волейбол, футбол.

У четвертому розділі «Фізичне виховання школярів в умовах модульного навчання» подано результати опитування учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів, а також комплексного заліку.

Опитування фахівців показало, що 93% учителів підтримують впровадження у практику єдиної державної програми та 76% позитивно ставляться до розподілу навчального матеріалу на інваріантну та варіативну складову. З'ясовано, що 51% учителів завжди дотримується методичних рекомендацій щодо планування навчального матеріалу. Однак 47% педагогів стверджують, що не завжди враховують рекомендації Міністерства освіти і науки України та роблять це час від часу через об'єктивні проблеми, які існують у навчальному закладі (рис. 2).

Установлено, що 57% педагогів вважають чинну навчальну програму такою, що містить інноваційний підхід у фізичному вихованні, 47% фахівців переконані, що навчальна програма мотивує школярів до занять фізичною культурою, та 22% педагогів стверджують, що зміст її повністю відповідає вимогам сьогодення. Однак 66% педагогів висловилися за удосконалення програми та розробку методичних рекомендацій щодо її впровадження. Результати нашого дослідження стали основою розробки та впровадження у навчальну програму курсів підвищення кваліфікації професійного спецкурсу «Аналіз навчальних програм з фізичної культури», а також розроблення методичних рекомендацій щодо реалізації цієї програми.

Установлено, що у виборі видів спорту фахівці цікавляться думкою дітей. Так, 29% опитаних учителів роблять це шляхом письмового анкетування, як передбачено методичними вказівками, 47% використовують усне опитування.

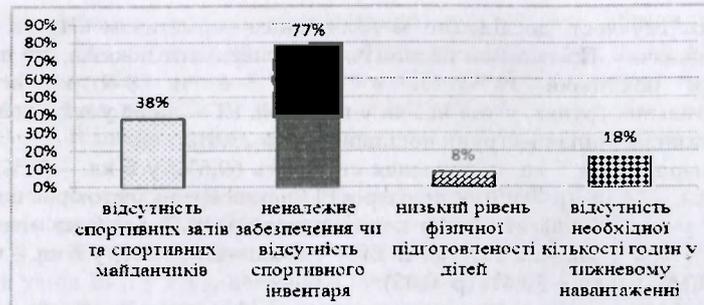


Рис. 2. Чинники, що перешкоджають упровадженню варіативних модулів навчальної програми

З'ясовано, що учителі фізичної культури вважають за доцільне впроваджувати 5 варіативних модулів у 5–7 класах (у 5 кл. так вважають 53% респондентів; у 6 кл. – 59%; у 7 кл. – 57% у 8 кл. – 42%). У 9 класах учителі підтримують упровадження 4 видів спорту – 51% опитаних. Також 75% фахівців переконані, що у 5–9 класах має бути три уроки фізичної культури на тиждень.

Узагальнені матеріали опитування учнів 5–9 класів дають можливість стверджувати, що діти позитивно ставляться до предмета й отримують задоволення від уроку фізичної культури в умовах модульної навчальної програми. Установлено, що у 5 кл. 85,8%, у 6 кл. 81,2%, у 7 кл. 77,9%, у 8 кл. 73,1%, у 9 кл. 82,8% школярів задоволені проведенням уроків фізичної культури в їхньому закладі. Однак більшу задоволеність висловлюють учні, які навчаються в сільських школах.

Більша частина учнів 5–6 класів прагне, щоб у тижневому навантаженні було 5 уроків фізичної культури (5 кл. – 51,4% опитаних учнів; 6 кл. – 51,3%). У 7–9 класах цей показник дещо нижчий: 7 кл. – 44,4% респондентів; 8 кл. – 39,2%; 9 кл. – 43,7%.

Установлено реальний стан упровадження варіативних модулів навчальної програми для учнів середнього шкільного віку. У 5–6 класах учні вивчають волейбол (5 кл. – 93,1%; 6 кл. – 92,5%), баскетбол (5 кл. – 92,5%; 6 кл. – 86,7%), легку атлетику (5 кл. – 85,3%; 6 кл. – 85,7%), футбол (5 кл. – 77,1%; 6 кл. – 88,6%), гімнастику (5 кл. – 72,9%; 6 кл. – 65,6%), настільний теніс (5 кл. – 42,2%; 6 кл. – 33,5%). У 7–8 класах – волейбол (7 кл. – 88,8%; 8 кл. – 88,6%), баскетбол (7 кл. – 81,4%; 8 кл. – 86,1%), легку атлетику (7 кл. – 80,2%; 8 кл. – 85,3%), футбол (7 кл. – 79,6%; 8 кл. – 82,7%) та гімнастику (7 кл. – 57,7%; 8 кл. – 62,7%). У 9 класах – легку атлетику – 88,9%, баскетбол – 88,4%, волейбол – 85,4%, футбол – 81,8%, що практично відповідає матеріально-технічному забезпеченню шкіл. Однак реальний стан упровадження варіативної складової навчальної програми дещо відрізняється від інтересів учнів

Виявлено, що найбільший інтерес учні проявляють до плавання: 5 кл. – 65,8%; 6 кл. – 62,5%; 7 кл. – 52,8%; 8 кл. – 63,6%; 9 кл. – 60,9%. На другому місці за зацікавленістю – волейбол: 5 кл. – 61,0%; 6 кл. – 56,1%; 7 кл. – 50,3%; 8 кл. – 53,9%; 9 кл. – 48,4%. На третьому місці – футбол: 5 кл. – 58,7%; 6 кл. – 54,0%; 7 кл. – 49,3%; 8 кл. – 47,2%; 9 кл. – 44%. Четвертий варіативний модуль, який хочуть вивчати

школярі, – баскетбол: 5 кл. – 56,7%; 6 кл. – 54,2%; 7 кл. – 49,3%; 8 кл. – 50,1%; 9 кл. – 39,1%. Далі – настільний теніс: 5 кл. – 55,0%; 6 кл. – 55,7%; 7 кл. – 47,2%; 8 кл. – 52,4%; 9 кл. – 45,5%. Наступний – бадмінтон: 5 кл. – 50,5%; 6 кл. – 47,4%; 7 кл. – 41,1%; 8 кл. – 40,8%; 9 кл. – 31,2% (рис. 3).

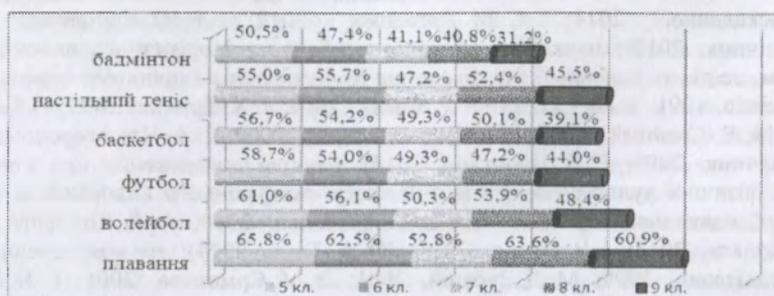


Рис. 3. Інтерес учнів до видів спорту варіативної складової навчальної програми упродовж 5–9 класів

Виявлено причини, які перешкоджають упровадженню варіативних модулів навчальної програми з урахуванням інтересів учнів:

- недостатня кількість уроків фізичної культури: у 5 класах так вважають 28,4% учнів; у 6 кл. – 25,7%; у 7 кл. – 21,9%; у 8 кл. – 21,3%; у 9 кл. – 16,2%;
- неможливість вивчати цікаві види спорту через відсутність інвентарю та обладнання: 5 кл. – 20%; 6 кл. – 13%; 7 кл. – 18,8%; 8 кл. – 20,6%; 9 кл. – 24,3%;
- відсутність необхідних умов: так вважають 23,9% учнів 5 класів; 9,5% – 6 класів; 16% – 7 класів; 21,1% – 8 класів; 20,9% – 9 класів;
- надмірна завантаженість спортивних залів: 8,9% учнів 5 кл.; 8,3% – 6 кл.; 6,1% – 7 кл.; 9,7% – 8 кл. та 10,1% учнів 9 класів (рис. 4).

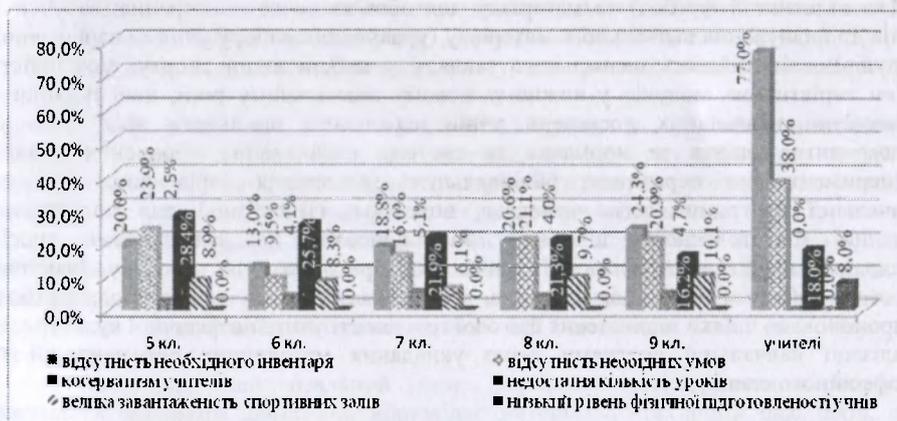


Рис. 4. Причини, що перешкоджають упровадженню варіативних модулів із урахуванням інтересів учнів

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» виокремлено три групи наукових даних, отриманих у процесі дослідження.

**Набули подальшого розвитку** наукові дані про передумови реформування фізичного виховання в Україні (О. І. Шиян, 2009; Е. С. Вільчковський, 2009; Н. В. Москаленко, 2011; С. М. Дятленко, 2012; Т. Ю. Круцевич, 2012; В. В. Пасічник, 2012); наукові дані щодо особливостей фізичного виховання за кордоном, де діють навчальні програми, що ґрунтуються на принципі варіативності (G. Britwisle, 1991; J. Dielski, 1996; A. Sabak, 2004; I. X. Турчик, 2005; О. І. Шиян, 2005, 2014; R. Cieslinski, 2007; Е. С. Вільчковський, 2009; В. А. Нижегородова, 2009; В. В. Пасічник, 2009; Є. Н. Приступа, 2010); наукові дослідження про ставлення учителів фізичної культури та учнів 5–9 класів до фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми (Н. В. Москаленко, 2010; А. Я. Шпільчак, 2011; Г. В. Презлята, 2011; І. В. Лисак, 2013; Ю. А. Ткач, 2014); наукові дослідження (Є. В. Столітенко, 1999; М. Д. Зубалій, 2001; В. М. Єрмолова, 2006; І. В. Бакіко, 2007; Л. П. Сергієнко, 2007; Н. В. Москаленко, 2011; Т. Ю. Круцевич, 2012; І. В. Лисак, 2013) про особливості навчальних програм з фізичної культури в період незалежності України.

**Удосконалено** навчальну програму з фізичної культури для учнів середнього шкільного віку; навчальну програму та навчальні плани курсової перепідготовки учителів фізичної культури.

**Уперше** теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність навчальної програми з фізичної культури, що ґрунтується на принципі варіативності для учнів 5–9 класів, яка розроблена з урахуванням кращого вітчизняного та світового досвіду та містить низку нововведень порівняно з попередніми програмами, а саме: розподіл навчального матеріалу на інваріантну та варіативну складові; необхідність урахування інтересів та схильностей школярів при плануванні навчального матеріалу; відсутність пріоритетного навчального матеріалу (легка атлетика й футбол) та матеріалу для обов'язкового повторення; залучення учнів до планування навчального матеріалу (урахування вибору учнями варіативних модулів); самостійність навчального закладу у виборі видів спорту; можливість зміни варіативних модулів у кожному новому навчальному році; нові підходи в оцінюванні навчальних досягнень учнів середнього шкільного віку, зокрема недомінантна оцінка за норматив та система нарахування «бонусних» балів; експериментально перевірено раціональність поєднання варіативних модулів навчальної програми (легка атлетика, волейбол, гімнастика) для поліпшення фізичної підготовленості школярів. Запропоновано найефективніший спосіб поєднання варіативної складової навчальної програми для розвитку фізичних якостей – бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, плавання, волейбол, футбол; запропоновано шляхи підвищення фахової готовності учителів фізичної культури до реалізації навчальної програми через укладання методичних рекомендацій та професійного спецкурсу.

## ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі подано нове розв'язання науково-практичного завдання, яке пов'язане із удосконаленням фізичного виховання учнів 5–9 класів із застосуванням варіативних модулів навчальної програми.

1. Аналіз літературних джерел засвідчив, що навчальні програми з фізичної культури в період незалежності України систематично удосконалювалися, науковці шукали нові підходи до нормативно-програмного забезпечення предмета. Фізичне виховання регламентувалося як державними, так і авторськими програмами. Однак рівень зацікавленості учнів до предмета, мотивації до рухової активності залишався недостатнім, що підкреслило потребу в науковому обґрунтуванні розробки інноваційної навчальної програми з урахуванням інтересів школярів.

2. Науково обґрунтовано та експериментально перевірено ефективність чинної навчальної програми. Доведено, що системні достовірні зміни показників швидкісних якостей в учнів 5–9 класів виявлено у школярів ЕГ<sub>2</sub>: швидкісні якості достовірно поліпшилися в учнів 5 кл. на 9,2%; 6 кл. – на 5,6%; 7 кл. – на 6%; 8 кл. – на 4,5%; 9 кл. – на 5,7% ( $p < 0,05$ ); сили: 5 кл. – на 53,1%; 6 кл. – на 20,8%; 7 кл. – на 22,2%; 9 кл. – на 55,4% ( $p < 0,05$ ); гнучкості: 5 кл. – на 69,6%; 6 кл. – на 27%; 8 кл. – на 28,6%; 9 кл. – на 24,1% ( $p < 0,05$ ); швидкісно-силових здібностей: стрибок з місця 5 кл. – на 5,3%; 7 кл. – на 5,8%; 8 кл. – на 4,5%; 9 кл. – на 7,3% ( $p < 0,05$ ); у метанні малого м'яча на дальність: 5 кл. – на 34,2%; 6 кл. – на 13,7%; 7 кл. – на 38,8%; 8 кл. – на 15%; 9 кл. – на 17% ( $p < 0,05$ ).

3. Установлено найбільш раціональне поєднання варіативних модулів навчальної програми для розвитку фізичних якостей: 6 варіативних модулів у 5–6 класах: бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, плавання, волейбол, футбол; 5 варіативних модулів у 7 класі: бадмінтон, легка атлетика, гімнастика, волейбол, футбол; 4 варіативні модулі для учнів 8–9 класів: бадмінтон, легка атлетика, волейбол, футбол.

4. Виявлено позитивне ставлення учнів 5–9 класів до фізичного виховання в умовах модульної навчальної програми. Переважна більшість школярів (від 73,1 до 85,8%) задоволена уроками фізичної культури в умовах модульної навчальної програми.

5. Установлено, що 93% учителів підтримують запровадження єдиної державної програми; 57% фахівців упевнені, що сучасна навчальна програма позитивно змінить фізичне виховання школярів. Підтримують розподіл навчального матеріалу на складові 76% педагогів; 51% завжди дотримується інструктивно-методичних рекомендацій профільного міністерства. Лише 12% переконані, що у проведенні уроку фізичної культури слід ґрунтуватися лише на власному педагогічному досвіді, та 86% відчують труднощі в реалізації програми й потребують додаткової методично-практичної допомоги під час курсової перепідготовки.

6. Визначено, що реальний стан запровадження варіативних модулів навчальної програми практично відповідає матеріально-технічній базі шкіл, але дещо відрізняється від інтересів учнів. У ЗНЗ учні 5–6 класів вивчають волейбол, баскетбол, легку атлетика, футбол, гімнастику, настільний теніс; школярі 7 класів –

волейбол, баскетбол, футбол, легку атлетику та гімнастику; учні 8–9 класів – волейбол, баскетбол, футбол, легку атлетику. Однак, окрім волейболу, футболу, баскетболу, настільного тенісу, виявлено стійкий інтерес учнів до плавання (від 52,8 до 65,8%) та бадмінтону (від 31,2 до 50,5%).

7. Виявлено низку чинників, які перешкоджають упровадженню варіативних модулів навчальної програми із урахуванням інтересів учнів: одним із найвагоміших є відсутність чи брак спортивного інвентарю й обладнання (77% у відповідях педагогів) та недостатня кількість уроків фізичної культури на тиждень у школярів (від 28,4% у 5 кл. до 16,2% у 9 кл.).

8. За результатами дисертаційного дослідження укладено методичні рекомендації для учителів фізичної культури щодо впровадження навчальної програми, що стосуються поліпшення кадрового, матеріально-технічного забезпечення шкіл, раціонального підходу до варіантів поєднання видів спорту, складання розкладу уроків.

Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо в дослідженні рівня фізичної та теоретичної підготовленості учнів 5–9 та 10–11 класів при поєднанні інших варіативних модулів навчальної програми; ефективності впровадження навчальної програми у школах сільської місцевості.

#### СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

##### *а) у наукових фахових виданнях*

1. Кравченко Н. С. Формування здоров'язберігаючих компетентностей учителів фізичної культури в системі післядипломної освіти (теоретичні засади) / Н. С. Кравченко // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – К., 2011. – С. 260–263.

2. Кравченко Н. Сучасна навчальна програма як складова забезпечення оптимальної рухової активності школярів середнього шкільного віку / Н. Кравченко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2012. – Вип. 16, т. 2. – С. 108–112.

3. Сороколіт Н. С. Готовність учителів фізичної культури працювати в умовах модульної навчальної програми / Н. С. Сороколіт // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – К., 2013. – С. 243–247.

4. Сороколіт Н. Ставлення учителів фізичної культури до сучасної шкільної програми / Наталія Сороколіт // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2014. – Вип. 18, т. 2. – С. 150–156.

5. Сороколіт Н. С. Ставлення учнів 5–9 класів до свого здоров'я та до уроків фізичної культури / Н. С. Сороколіт // Спортивна медицина. – 2014. – № 1. – С. 47–51.

6. Сороколіт Н. Фізичне виховання школярів в умовах модульного навчання / Наталія Сороколіт // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2013. – Вип. 17, т. 2. – С. 208–211.

7. Шиян О. І. Проблеми впровадження варіативної складової навчальної програми / О. І. Шиян, Н. С. Кравченко // Педагогіка, психологія та медико-

біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 9. – С. 104–107.  
*Внесок дисертанта – виявлення проблем упровадження варіативних модулів, узагальнення результатів опитування учителів.*

**б) в інших виданнях**

8. Гаврих Я. Т. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Варіативний модуль «Легка атлетика» / Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко // Фізичне виховання в сучасній школі. – 2009. – № 6. – С. 3–6.  
*Внесок автора полягає в розробленні варіативного модуля «Легка атлетика» державної програми з фізичної культури.*

9. Гусєв В. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Варіативний модуль «Волейбол» / Віктор Гусєв, Наталія Кравченко // Фізичне виховання в сучасній школі. – 2009. – № 4. – С. 9–11.  
*Внесок автора полягає в розробленні варіативного модуля «Волейбол» державної програми з фізичної культури.*

10. Здорова школа: аспекти моніторингу : навч. посіб. / Олена Шиян, Юлія Павлова, Ліліана Кудрик, Наталія Сороколіт, Оксана Микитюк; за наук. ред. Олени Шиян. – Л. : Кольорове небо, 2013. – 122 с.  
*Внесок дисертанта полягає у проведенні опитування учителів фізичної культури, учнів 5–9 класів, математичний обробці та узагальненні отриманих результатів.*

11. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 5–9 класи / Т. Ю. Круцевич, С. М. Дятленко, І. Х. Турчик, Н. С. Кравченко, С. М. Чешейко, О. М. Лакіза, Д. В. Деменков // Фізичне виховання в школі. – 2009. – № 4. – С. 10–15.  
*Внесок автора полягає у розробленні інваріантної складової навчальної програми.*

12. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 5–9 класи / Т. Ю. Круцевич, Л. А. Галенко, В. В. Деревянко, С. М. Дятленко, А. І. Ільченко, Н. С. Кравченко, І. Х. Турчик, С. М. Чешейко // Фізичне виховання в школі. – 2012. – № 5. – С. 3–11.  
*Внесок автора полягає в розробленні інваріантної складової навчальної програми.*

13. Сороколіт Н. С. Особенности физического воспитания в общеобразовательных школах Украины и Польши / Н. С. Сороколіт // Сб. материалов научн. конф. – Кишинев, 2012. – С. 285–290.

14. Сороколіт Н. С. Дослідження відповідності впровадження варіативних модулів навчальної програми у 6 класі з урахуванням матеріальної бази закладу та інтересів учнів / Н. С. Сороколіт, О. І. Шиян // Moderni wumozenosti vedy : materialy X Mezinar. vedecko-prakt. konf. – Praha, 2014. – Р. 20–26.  
*Дисертантові належить проведення теоретичного аналізу наукових даних, анкетування учнів та узагальнення результатів.*

15. Фізична культура в школі: 5–9 класи : метод. посіб. / за заг. ред. Дятленка С. М. – К : Літера ЛТД, 2009 – 176 с.  
*Авторський внесок – варіативні модулі «Легка атлетика», «Волейбол», «Гімнастика».*

16. Фізична культура в школі: 5–11 класи : метод. посіб. / за заг. ред. Дятленка С. М. – К : Літера ЛТД, 2011 – 367 с. *Авторський внесок – варіативні модулі «Легка атлетика», «Волейбол», «Гімнастика».*
17. Фізична культура в школі : навч. прогнр. 1–4, 5–9 класів загальноосвіт. навч. закл. – К. : Літера ЛТД, 2013. – 352 с. *Авторський внесок – варіативні модулі «Легка атлетика», «Волейбол», «Гімнастика».*
18. Чешейко С. М. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Варіативний модуль «Гімнастика» / Сергій Чешейко, Наталія Кравченко // Фізичне виховання в сучасній школі. – 2009. – № 5. – С. 18–21. *Внесок дисерта нта – розробка варіативного модуля «Гімнастика».*
19. Шиян О. І. Здорова школа: рухова активність : [навч. посіб.] / О. І. Шиян, Н. С. Сороколіт, І. Х. Турчик – Л. : Кольорове небо, 2013. – 84 с. *Дисерта нтові належить узагальнення теоретичних даних наукової та методичної літератури.*
20. Sorokolit N. Influence of current physical education variable modules curriculum on speed indicators development among 5th – 9th grades schoolchildren / Nataliya Sorokolit // Nauka i Studia. – 2014. – N 15. – S. 61–68.

#### АНОТАЦІЯ

**Сороколіт Н. С. Удосконалення фізичного виховання учнів 5–9 класів із застосуванням варіативних модулів навчальної програми. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту зі спеціальності 24.00.02 – фізичне культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський університет фізичної культури, Львів, 2015.

Дисертацію присвячено перевірці ефективності навчальної програми з фізичної культури, що ґрунтується на принципі варіативності.

У роботі подано емпіричні дані щодо етапів розвитку освіти в Україні та навчальних програм з фізичної культури в період 1991–2014 рр. в Україні. Проаналізовано особливості навчальних програм з фізичної культури. Виявлено недоліки вітчизняної освіти загалом та фізичного виховання зокрема, а також причини реформування фізичного виховання.

Узагальнено результати опитування 400 учителів фізичної культури щодо ставлення до чинної навчальної програми та 2290 анкет учнів 5–9 класів щодо можливості вибору варіативних модулів навчальної програми та встановлення співвідношення між запровадженням видів спорту, матеріально-технічною базою школи та інтересами учнів. Дисертаційна робота містить педагогічний експеримент, за допомогою якого доведено ефективність сучасної навчальної програми через фізичну підготовленість учнів. Проведено порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості школярів за чинною та попередньою навчальними програмами. Установлено найбільш раціональне поєднання варіативних модулів навчальної програми для розвитку фізичних якостей. Досліджено інтерес учнів 5–9 класів до вивчення варіативних модулів навчальної програми. Виявлено чинники, які

перешкоджають учителям ураховувати інтереси учнів при плануванні навчального матеріалу з фізичної культури.

**Ключові слова:** варіативні модулі навчальної програми, учні 5–9 класів, фізичне виховання, фізична підготовленість.

#### АННОТАЦІЯ

**Сороколит Н. С. Усовершенствование физического воспитания учащихся 5–9 классов с применением вариативных модулей учебной программы. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физической культуре, физическое воспитание и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Львовский университет физической культуры, Львов, 2015.

Диссертация посвящена проверке эффективности учебной программы по физической культуре, основанной на принципе вариативности.

В работе обобщены эмпирические данные относительно этапов развития образования в Украине и учебных программ по физической культуре в период 1991–2014 гг. Проанализированы особенности учебных программ по физической культуре. Выявлены недостатки отечественного образования в целом и физического воспитания в частности, а также причины реформирования физического воспитания в Украине и за рубежом.

Представлены результаты опроса 400 учителей физической культуры относительно действующей учебной программы и 2290 анкет учеников 5–9 классов относительно выбора вариативных модулей учебной программы и установлены соотношения между внедрением видов спорта, материально-технической базой школы и интересами учеников. Установлено положительное отношение учителей к содержанию современной учебной программы: 93% считают, что уроки физической культуры в Украине должны осуществляться по единой государственной программе; 57% специалистов уверены, что современная учебная программа принесет положительные изменения в физическом воспитании школьников, в то время как 12% убеждены, что при проведении урока физической культуры не стоит использовать учебную программу, а следует опираться на собственный педагогический опыт. Положительно воспринимают распределение учебного материала на составляющие 76% педагогов; 51% всегда придерживаются инструктивно-методических рекомендаций профильного министерства.

Выявлено реальное состояние внедрения вариативных модулей учебной программы: ученики 5–6 классов изучают волейбол, баскетбол, легкую атлетику, футбол, гимнастику, настольный теннис; школьники 7 классов – волейбол, баскетбол, футбол, легкую атлетику и гимнастику. Ученики 8–9 классов – волейбол, баскетбол, футбол, легкую атлетику. Исследованы соответствия изучения вариативных модулей к материальной базе и интересам школьников. Установлен интерес школьников к изучению вариативных модулей учебной программы. Наибольший интерес ученики проявляют к плаванию: 5 кл. – 65,8%; 6 кл. – 62,5%; 7

кл. – 52,8; 8 кл. – 63,6%; 9 кл. – 60,9%. На втором месте по интересам занимает волейбол: 5 кл. – 61,0%; 6 кл. – 56,1%; 7 кл. – 50,3%; 8 кл. – 53,9%; 9 кл. – 48,4%. На третьем месте – футбол: 5 кл. – 58,7%; 6 кл. – 54,0%; 7 кл. – 49,3%; 8 кл. – 47,2%; 9 кл. – 44%. Четвертый вариативный модуль, который хотят изучать школьники, – баскетбол: 5 кл. – 56,7%; 6 кл. – 54,2%; 7 кл. – 49,3%; 8 кл. – 50,1%; 9 кл. – 39,1%. Далее – настольный теннис: 5 кл. – 55,0%; 6 кл. – 55,7%; 7 кл. – 47,2%; 8 кл. – 52,4%; 9 кл. – 45,5%. Следующий – бадминтон: 5 кл. – 50,5%; 6 кл. – 47,4%; 7 кл. – 41,1%; 8 кл. – 40,8%; 9 кл. – 31,2%.

Диссертация содержит педагогический эксперимент, с помощью которого доказана эффективность современной учебной программы через физическую подготовленность учащихся. Проведен сравнительный анализ показателей физической подготовленности школьников по действующей и предыдущей учебным программам. Установлен наиболее рациональный выбор вариативных модулей учебной программы: 6 вариативных модулей в 5–6 классах: бадминтон, легкая атлетика, гимнастика, плавание, волейбол, футбол; 5 вариативных модулей в 7 классе: бадминтон, легкая атлетика, гимнастика, волейбол, футбол; 4 вариативных модуля для учащихся 8–9 классов: бадминтон, легкая атлетика, волейбол, футбол.

Научно обоснована и экспериментально проверена эффективность действующей учебной программы. Доказано, что системные достоверные изменения показателей скоростных качеств в учащихся 5–9 классов выявлены у школьников ЕГ<sub>2</sub>: скоростные качества достоверно улучшились в учащихся 5 кл. на 9,2%; 6 кл. – на 5,6%; 7 кл. – на 6%; 8 кл. – на 4,5%; 9 кл. – на 5,7% ( $p < 0,05$ ); силы: 5 кл. – на 53,1%; 6 кл. – на 20,8%; 7 кл. – на 22,2%; 9 кл. – на 55,4% ( $p < 0,05$ ); гибкости: 5 кл. – на 69,6%; 6 кл. – на 27%; 8 кл. – на 28,6%; 9 кл. – на 24,1% ( $p < 0,05$ ); скоростно-силовых способностей: прыжок с места – 5 кл. – на 5,3%; 7 кл. – на 5,8%; 8 кл. – на 4,5%; 9 кл. – на 7,3% ( $p < 0,05$ ); в метании малого мяча на дальность в учащихся 5 кл. улучшились показатели на 34,2%; 6 кл. – на 13,7%; 7 кл. – на 38,8%; 8 кл. – на 15%; 9 кл. – на 17% ( $p < 0,05$ ).

**Ключевые слова:** вариативные модули учебной программы, ученики 5–9 классов, физическое воспитание, физическая подготовленность.

#### ABSTRACT

**Sorokolit N. S. Improvement of physical education among 5–9 grades pupils by applying curriculum with optional modules. – Manuscript.**

Thesis for the PhD degree in Physical Education and Sport, specialty 24.00.02 – physical culture, physical education of different age groups. – Lviv State University of Physical Culture, Lviv, 2015.

The thesis is devoted to monitoring the effectiveness of physical education curriculum based on the principle of optional modules.

The paper presents empirical evidence regarding development stages of education in Ukraine and those of physical education programs during 1991–2014. The features of physical education curriculum were analyzed. Shortcomings of national education in

general and physical education in particular were revealed as well as causes of physical education reform

The results of the survey among 400 teachers of physical education regarding their attitude towards current physical education curriculum and questionnaires of 2290 pupils of the 5-9 grades regarding the opportunity to choose optional modules throughout the curriculum are generalized and the correlation between introducing kinds of sports, school resources and pupils' interests was established. The thesis contains pedagogical experiment which demonstrates the efficiency of the current curriculum due to physical fitness of pupils. Comparative analysis of physical fitness of pupils under conditions of the current and previous curriculum programs was conducted. The most efficient combination of optional modules in the curriculum for physical qualities development was established. Interest of the 5-9 grades pupils in mastering optional modules was investigated. Factors that prevent teachers from taking into account the interests of pupils when planning physical education program were defined.

**Keywords:** curriculum optional modules, 5-9 grades pupils, physical education, physical fitness.