

## **ОЦІНКА УЧНЯМИ ЗМІСТУ ШКІЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ЇХ СТАВЛЕННЯ ДО ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВПРАВ НА УРОКАХ**

**Ірина КУШНЕРЧУК**

*Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка*

**Анотація.** В статті проаналізовано результати опитування учнів 5-х класів загальноосвітніх шкіл міста Тернополя з питань навчання та присутності танцювальних вправ на уроках фізичної культури.

**Ключові слова:** танцювальні вправи, фізична культура, анкетування.

**Постановка проблеми.** Статистика свідчить про негативні зміни в стані здоров'я дітей та підлітків. Порушення постави мають приблизно 60 % дітей молодшого шкільного віку, відхилення у діяльності серцево – судинної системи та надмірну вагу 30-40 % – дітей. Поганий стан здоров'я та фізичний розвиток впливають на успішність навчання 85-90% школярів [1].

Незважаючи на те, що для покращення ситуації, що склалася у галузі фізичної культури, розробляються й ухвалюються закони, постанови, програми, вносяться зміни до них, предмет фізичної культури в теперішньому вигляді не відповідає вимогам часу. Відповідно не сприяє оздоровленню дітей і не формує їх власну фізичну культуру – культуру руху, культуру здоров'я формуючого способу життя [4].

Останім часом велику підтримку та розвиток у сфері фізичної культури отримують нові види рухової активності, серед яких значне місце можуть посідати танцювальні вправи, які є потужним мотиваційним чинником до занять фізичними вправами, що особливо яскраво виявилось останнім часом у зв'язку з популярністю телевізійних шоу «Танці з зірками», «Танцюю для тебе», «Танцюють всі».

Танці сприяють гармонійному розвитку та всебічному вдосконаленню рухових здібностей тих, хто займається; вони є ефективним засобом оздоровчої фізичної культури; сприяють формуванню культури рухів, розвитку систем та функцій організму, формуванню постави. Наукові дослідження О.Я. Гараніна, Л.В. Мороз, О.О. Єжова (2004) [2] свідчать, що 93,2 % підлітків, які займаються танцями, мають правильну поставу.

Танці впливають не тільки на формування правильної постави, вони є ефективним засобом профілактики цілого ряду захворювань. Так, бальні танці, особливо танго, запобігає порушенню рухливості шийного відділу хребта і сприяє формуванню серцево-судинної системи. Експериментально доведено [5; 8], що саме цей вид мистецтва сприяє опірності організму до простудних захворювань; запобігає атрофію м'язів; обмеження рухів у суглобах; сприяє розвитку моторної пам'яті.

Сьогодні танці є не тільки приємним відпочинком, але й засобом естетичного та морального виховання. Вони розкривають людині світ реально існуючої краси, що особливо важливо при формуванні характерно-етичних цінностей підростаючого покоління. Виховання дітей засобами танцювального живопису допомагає всебічному розвитку особистості дитини, вчить її знаходити в танці естетичну насолоду. Тому робота в цьому напрямку є важливою ланкою в загально педагогічному процесі [6].

Основною формою організації занять з фізичної культури в школі, як відомо, є урок. Однією із істотних вимог до нього є поєднання освітньої спрямованості зі здоров'язабезпечуючою моторною компактністю, динамічністю, емоційністю. Цього можна досягти за умов творчого віку

ристання засобів і методів, які стимулюють активність та інтерес учнів до занять фізичними вправами [3]. Одним із таких засобів є танцювальні вправи, які сприяють наданню учням мистецької освіти. Саме загальноосвітня школа має унікальну можливість дати ази мистецької освіти усім дітям. У сучасній педагогіці змінилося уявлення, яке панувало довгий час про мистецтво як засіб суто художнього виховання. Загальна мистецька освіта сьогодні розглядається, як можливість реалізувати актуальні завдання збереження духовного багатства нації, формування естетичної культури особистості, що забезпечує здатність сприйняття, розуміння й оцінки прекрасного [7].

Зважаючи на це, **метою** нашого дослідження є виявити ставлення учнів 5-х класів загальноосвітніх шкіл міста Тернополя до змісту шкільної фізичної культури та танцювальних вправ на уроках.

**Методи та організація дослідження:** аналіз та узагальнення літературних джерел; опитування; математична обробка даних.

Методи отримання інформації включили теоретичний аналіз літературних джерел, що передбачав вивчення, аналіз, систематизацію та узагальнення даних наукової та науково – методичної літератури.

Дослідження проводилися на базах загальноосвітніх шкіл I – III ступенів міста Тернополя з учнями 5-х класів. Було опитано 200 школярів. Опитування проводилось у формі анкетування. Яке є найпоширенішим способом отримання інформації і дозволяє охопити велику кількість респондентів. Методом математичної статистики опрацювати одержані результати. Бесіди допомогли одержати інформацію про окремі аспекти піднятої проблеми. За допомогою неформалізованої бесіди, вільного обміну думками ми виявляли інтереси і бажання учнів.

**Результати дослідження.** Узагальнивши результати анкетування ми виявили, що більшій третині учнів (38,5 %) до вподоби свобода дій, що пояснюється індивідуальними інтересами до певних видів фізичних вправ, які застосовуються на уроках фізичної культури для покращення їхнього фізичного стану. Дітям також важко опанувати нові вправи, тому вони завжди прагнуть виконувати те чим вони добре володіють і те що їм приносить задоволення. Найбільше (45,5 %) опитаних надали перевагу командним діям, які реалізуються на тло підвищеного Емоційного стану, оскільки виконуються навчальні завдання ігровим методом. Адже через ігрову діяльність учні захоплюються сюжетом настільки, що можуть без додаткових зусиль виконати набагато складніші завдання ніж іншими методами: відтворити стосунки між людьми у вигляді взаємодопомоги і гострого суперництва; яскраво виразити емоції; комплексно використовувати набуті рухові навички; самостійно вибирати засоби діяльності і способи поведінки, проявляти ініціативу і творчість в діях. Індивідуальні дії обрали школярі (16 %), яким потрібна особиста допомога педагога для вивчення певного елемента чи вправи в цілому (рис. 1.).

Опитування виявило, що не влаштовує учнів на уроках фізичної культури. Майже третина (32 %) школярів скаржиться на малі навантаження. У результаті бесіди було виявлено, що ця категорія дітей займається в різноманітних секціях і звикла до триваліших фізичних тренувань, а оскільки урок триває лише 45хвилин, реалізувати свої фізичні можливості ці діти не змогли. 19,5 % вважають уроки фізичної культури одноманітними. 9,5 % школярів не влаштовує суворе регламентація, та інших видів рухової діяльності. Від великих навантажень страдають 28 % учнів. Ставлення вчителів до своєї особи не влаштовує – 7 % опитаних. Ще більшій кількості опитаних (15%) не подобається ставлення однокласників (рис. 2).

На запитання «Чи з задоволенням ходите на уроки фізичної культури в 4-му класі?» абсолютна більшість (77,5 %) відповіла ствердно. Це свідчить, що учні зацікавлені уроками фізичної культури. Але були і такі (6,5 %), що примусово відвідували їх – 16 %. Це, зазвичай, діти, які мають низький рівень фізичної підготовки, тому їм слід пропонувати нетрадиційні види рухової активності. Серед них, як нам представляється, провідне місце можуть і повинні займати танцювальні вправи.

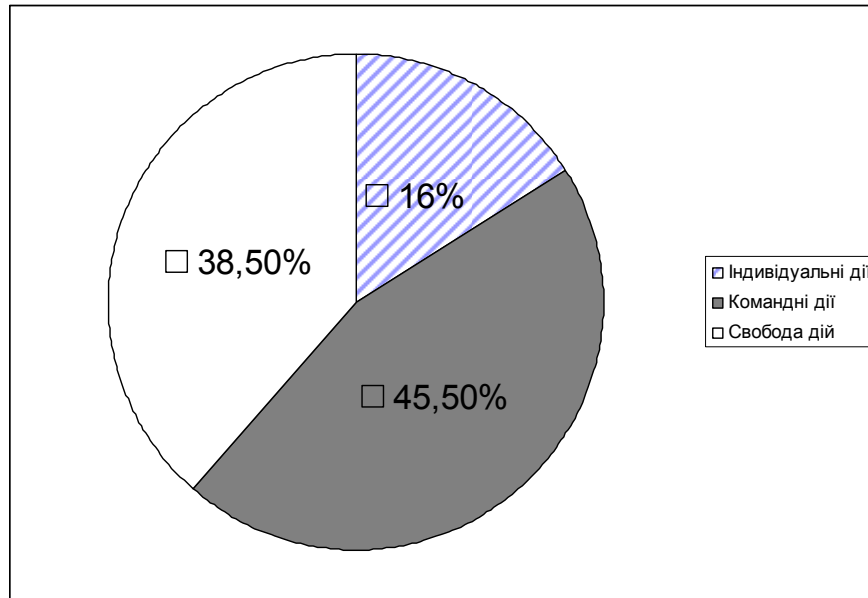


Рис. 1. Відповіді на питання «Що тобі подобається на уроках фізичної культури?»

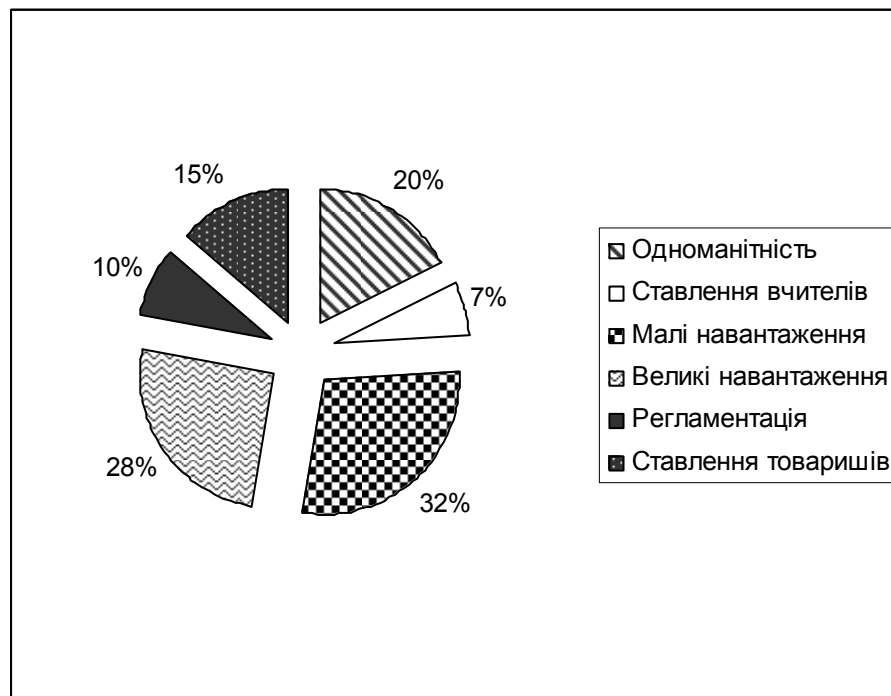


Рис. 2. Відповідь на питання «Що тебе не влаштовує на уроках фізичної культури?»

Зважаючи на цю відповідь можна зробити висновок, що перехід дітей від вчителя початкових класів до вчителя предметника не був безболісним. Це поза сумнівом має враховувати останній, якщо хоче зберегти інтерес дітей до рухової активності.

Нажаль на питання «Чи давали Вам на уроках фізичної культури танцювальні вправи?» (68 %) респондентів відповіли «Ні», «Інколи» (19 %) і лише 13 % вказали на те, що їм пропону-

ють виконувати ці вправи на уроках. Про недооцінку учителями фізичної культури шкіл цього засобу впливу на фізичний стан учнів свідчать і наші спостереження.

На запитання «Якщо Вам не давали на уроках танцювальні вправи, то чи хоті(ла)в би Ти, щоб на уроках фізичної культури давалось їх більше?» – 50,7 % виявили бажання використовувати цей засіб. При цьому серед них 72,2 % дівчат та 27,8 % хлопців. 49,3 % опитаних такого бажання не виявили.

На питання "Чи хоті(ла)в би Ти, щоб на уроках фізичної культури звучала музика?" 57,5 % відповіли ствердно і 42,5 % вважають, що їм музичний супровід буде заважати.

На питання "Чи давали Вам на уроках фізичної культури танцювальні вправи?" із 64 учнів (що склало 32 %), які позитивно відповіли на питання "Чи подобається Тобі на уроках фізичної культури виконувати танцювальні вправи?" – 65 % відповіли "Так" і 35 % виконувати танцювальні вправи на уроках не подобається.

Не однаковий інтерес діти проявляють і до видів спорту – 36 % школярів надають перевагу футболу, що на нашу думку, можна пояснювати введенням додаткових уроків футболу у школі й підвищеною увагою до цієї спортивної гри засобів масової інформації та владних структур. 25,5 % надають перевагу танцям, що школярі пояснюють появою останнім часом телепередач, які пропагують цей вид рухової діяльності. 22,5 % учнів надають перевагу баскетболу, 18,5 % – подобається волейбол, 17 % – гімнастика, 16,5 % – лижний спорт і лише 11 % легка атлетика (рис. 3).

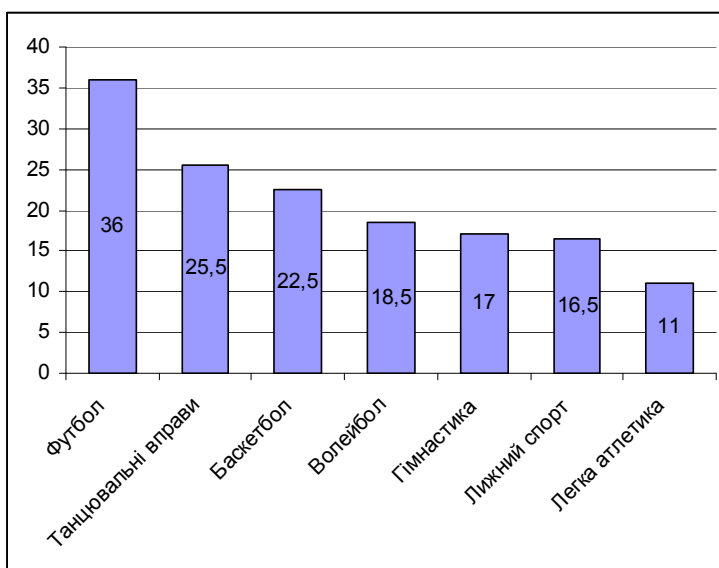


Рис. 3. Відповіді на питання «Чому б ти надав перевагу, якщо б у Тебе була можливість вибору?» (у %)

Заключним запитанням анкети було «Чи відвідува(ла)в би Ти уроки фізичної культури, якщо вони були б обов'язкові?». 77 % школярів відповіли «Так». Напевно вони усвідомлюють, що фізична активність є однією із важливих умов життя і розвитку людини. Вона розглядається як біологічний подразник, що стимулює процес росту, розвитку і формуванню організму людини. Нажаль (23 %) учнів свідомо відмовляються відвідувати уроки фізичної культури і не відвідували б їх, якщо б вони були обов'язковими.

### Висновки

1. Аналіз публікацій багатьох авторів свідчить, що останнім часом у сфері фізичного виховання для покращення фізичної підготовки школярів набувають популярності нетрадиційні види рухової активності. Враховуючи, що основним стимулом до занять фізичною культурою

учнів є підвищена увага до краси своєї зовнішності, саме танцювальні вправи є потужним мотиваційним чинником до занять. Адже вони сприяють гармонійному розвитку, а також всебічному вдосконаленню рухових можливостей тих, хто займається. Вони є ефективним засобом оздоровчої фізичної культури, сприяють формуванню культури рухів, розвитку систем та функцій організму, формування постави.

2. Танцювальні вправи не вимагають особливої матеріальної бази, обладнання та інвентаря. Їх можна виконувати в будь-яких умовах, в будь-яку пору року. При чому вони приносять задоволення як тим, які займаються, так і тим, що за ними спостерігають.

3. Опитування виявили що:

- 50,7 % учнів бажають, щоб на уроках фізичної культури давались танцювальні вправи;
- 57,5 % школярів бажають, щоб на уроках фізичної культури звучала музика;
- 25,5 % опитаних надають перевагу танцювальним вправам серед різних видів рухової активності, якщо б у них був такий вибір.

4. Найбільше учням подобаються на уроках фізичної культури командні дії (45,5 %), а не влаштовує їх на уроках: строга регламентація їх діяльності (28 %), малі навантаження (32 %) та одноманітність (20 %).

### Список літератури

1. Білошицька Н. В. Профілактика та корекція порушень постави у учнів загальноосвітніх шкіл // Н. В. Білошицька. Методичні рекомендації для викладачів фізичної культури. – Львів, 1999. – 30 с.

2. Гараніна О. Я. Дослідження стану постави дітей шкільного віку, які займаються спортивними бальними танцями // Граніна О. Я., Мороз Л. В., Єжова О. О. // Педагогіка, психологія та методико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Х., 2004. – № 3. – С. 155 – 160.

3. Завадич В. Уроки ритмічної гімнастики у школі для старшокласниць // В. Завадич., Т. Ротерс // Фізичне виховання в школі. – № 3. – 2005. – С. 32 – 38.

4. Ніколаєнко С. М. Поліпшення здоров'я дітей – запорука здоров'я нації / С. Ніколаєнко // Фізичне виховання в школі. – 2006. – № 5 – С. 2 – 7.

5. Пригулевкий В. В. Актуальные задачи становления и развития спортивного танца в Украине / В. В. Пригулевкий, Ю. Усачев // Олимпийский спорт и спорт для всех: проблемы здоровья, реакции спортивной медицины и реабилитации: IV Международный научн. конгр. – К., 2000. – 504 с.

6. Ротерс Т. Т. Теория и методика развития личности школьника на ритмических занятиях в общеобразовательной школе / Т. Т. Ротерс. – Луганск: Альма-Матер, 2001. – 279 с.

7. Соляна О. Хореографічна культура у контексті реалізації загальної мистецької освіти / О. Соляна // Світ виховання. – К., – 2007. – № 2. – С. 21 – 23. – Теорія і методика виховання.

8. Ноаск А. On a Jungian approach to dance movement therapy // Dance Movement Therapy: Theory and Practice. – London & N. – Y., 1992. – P. 182 – 201.

## **ОЦЕНКА УЧЕНИКАМИ ШКОЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ИХ ОТНОШЕНИЕ К ТАНЦЕВАЛЬНЫМ УПРАЖНЕНИЯМ НА ЗАНЯТИЯХ**

**Ірина КУШНЕРЧУК**

*Тернопольский национальный педагогический университет имени В. Гнатюка*

**Аннотация.** В статье проанализированы результаты опрашивания учеников 5-х классов общеобразовательных школ города Тернополя по вопросам учебы и присутствия танцевальных упражнений на уроках физической культуры.

**Ключевые слова:** танцевальные упражнения, физическая культура, опрашивание.

## **PUPILS' PHYSICAL TRAINING EVALUATION AND THEIR ATTITUDE TO THE DANCING EXERCISES AS A PART OF PHYSICAL TRAINING LESSON**

**Iryna KUSHNERCHUK**

*Ternopil National Pedagogical Volodymyr Hnatyuk University*

**Abstract.** This article contains the results of the survey by questionnaire due to the education problems and dancing exercises as a part of physical training lesson. The survey by questionnaire was addressed to the pupils of the fifth form and the results of it has been analyzed.

**Key words:** dancing exercises, physical training, survey by questionnaire.