

УДК 796.011.3: 001.895-053.5

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ З ТРАДИЦІЙНИМИ ТА ІННОВАЦІЙНИМИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Інна ХРИПКО

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. В роботі представлені дані порівняльного аналізу впливу традиційних та інноваційних засобів фізичної культури на психофізичний розвиток молодших учнів шкіл різного типу.

Ключові слова: молодший школяр, традиційні засоби, інноваційні засоби, психофізичний розвиток, навчальні заклади різного типу.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз даних спеціальної літератури та результатів проведених досліджень [1-10] свідчить, що сучасна початкова школа, як складова частина шкільної освіти, з відходом від уніфікованої системи навчання, відзначає появу шкіл нового типу (спеціалізованих шкіл, гімназій, колегіумів, ліцеїв тощо), варіативних модернізацій структури навчально-виховних освітніх установ (школи-комплекси), різних форм власності закладів освіти (державна, приватна). Тепер кожна середня загальноосвітня школа характеризується певними організаційними, змістовними, технологічними та матеріально-технічними нововведеннями у своїй діяльності. Відношення до фізичного виховання в різних навчальних закладах має свої особливості, які залежать, в першу чергу, від матеріально-технічної бази закладу, в другу, від організації навчально-виховного процесу, при якому формуються сприятливі для здоров'я дітей умови протягом уроку, перерви, у позакласній роботі [3].

Предметом дослідження багатьох авторів [1, 2, 9] є оцінка фізичного розвитку та визначення фізичної підготовленості молодших школярів. Але існує недостатня кількість наукових досліджень стосовно особливостей впливу організаційних систем закладів нового типу на психофізичний розвиток учнів молодшого шкільного віку. Відомо, що психомоторні якості пов'язані з реакціями управління руховими діями. Взаємозв'язок рухової та психомоторної діяльності суттєво впливає на рівень фізичної підготовленості. Психомоторні якості розвиваються і вдосконалюються в процесі фізичного виховання, стають більш точними і швидкими процеси і реакції управління руховими діями. Досягнувши визначеного рівня досконалості ці процеси стають базою для подальшого зростання рухових показників у дитини. В цьому виявляється діалектичний зв'язок між руховою та психомоторною діяльністю. Розвиток регуляторних якостей психомоторики – це додатковий шлях до реалізації потайних резервів організму дитини.

У молодшій школі великого значення набуває збагачення рухового досвіду дітей та вдосконалення їх психомоторних здібностей, що полегшує процес опанування складних вправ у майбутньому. Існує необхідність створення в навчальних закладах різного типу умов, сприятливих для збереження та зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів традиційними та інноваційними засобами фізичної культури та спорту; поєднання усіх форм проведення занять (урочних, позаурочних та поза шкільних) для задоволення запитів, потреб та уподобань учнів.

Таким чином, вищенаведені дані пояснюють актуальність проблеми, вирішення якої представляє істотне теоретичне та практичне значення для вдосконалення системи фізичного виховання учнів початкової школи.

Мета роботи – дослідити динаміку показників психофізичного розвитку молодших школярів під впливом програм занять з традиційними та інноваційними засобами фізичної культури в навчальних закладах різного типу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури та досвіду передової практики; педагогічні спостереження на уроках фізичної культури в школах з різними експериментальними програмами; тестування психофізичного розвитку; хронометрія; статистичні методи обробки даних.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводилися у п'яти навчальних закладах освіти м. Києва: середніх загальноосвітніх школах № 33, № 78 і № 108, ліцеї № 171 „Лідер”, школі-дитячому садку „Софія” (ШДС „Софія”). В дослідженнях приймали участь учні 7-10 років.

Програмою фізичного виховання для учнів молодших класів середніх загальноосвітніх шкіл № 33, № 78, № 108, ліцею № 171 „Лідер” передбачено проведення обов'язкових двох уроків фізичної культури на тиждень згідно базової програми „Основи здоров'я і фізичної культури” для загальноосвітніх навчальних закладів. З метою підвищення рівня здоров'я учнів та їх фізичної підготовленості у вищезгаданих навчальних закладах проводиться третій урок фізичної культури, де впроваджені експериментальні програми з використанням інноваційних видів рухової активності.

У загальноосвітній школі № 33 третій урок фізкультури – урок з футболу. В середній загальноосвітній школі № 78 в якості варіативного компоненту базової програми запропонована програма з плавання, в середній загальноосвітній школі № 108 для учнів 1-3 класів була запропонована програма третього уроку фізичної культури з використанням засобів аквааеробіки; в ліцеї № 171 „Лідер” запропонована програма третього уроку фізичної культури для учнів 2 та 3 класів з використанням засобів спортивного танцю, для учнів четвертих класів впроваджена програма третього уроку фізичної культури з використанням засобів туризму. Програма для учнів ШДС „Софія” базується на принципах Вальдорфської педагогіки і характеризується нетрадиційним підходом до організації та проведення уроків фізичної культури. Основою уроків фізичного виховання молодших школярів Вальдорфської школи виступають рухливі ігри й народні ігри.

Ефективність впровадження кожної із цих програм оцінювалася нами за результатами порівняльного аналізу динаміки показників психофізичного розвитку учнів 7-10 років протягом навчального року у кожній паралелі класів і окремо серед хлопчиків та дівчаток по класах.

Дослідження проводилися протягом 2006-2007 навчального року (на початку першої чверті – 1 етап і в кінці четвертої чверті – 2 етап). Отримані результати дослідження дозволили нам проаналізувати динаміку показників часу зорово-моторної реакції учнів початкової школи (табл. 1).

Порівняльний аналіз показників часу зорово-моторної реакції молодших школярів навчальних закладів різного типу показав, що між результатами, отриманими на першому та другому етапі досліджень були виявлені статистично значущі відмінності у показниках психофізичного розвитку молодших школярів. Час зорово-моторної реакції покращився на другому етапі дослідження у учнів під впливом програм занять плаванням ($p < 0,05$), аквааеробікою ($p < 0,05$), спортивними танцями ($p < 0,05$). На нижчому рівні цей показник у школярів, які займалися футболі, народними іграми, туризмом (приріст цього показника на другому етапі дослідження в порівнянні з першим не такий значний, як у інших навчальних закладах). Таким чином, можливо припустити, що під впливом третього уроку фізичної культури – плавання і спортивних танців покращуються як фізичний, так і психічний стан молодших школярів. Водне середовище сприятливо впливає на стан нервової системи. Висока збудливість, пластичність центральної нервової системи сприяє ефективному засвоєнню рухових навичок, в силу чого діти 7-10 років легко оволодівають складними рухами. Виконання ж танцювальних вправ під музичне супроводження сприяє

розвитку координаційних здібностей, спритності, точності рухових дій на фоні емоційного збудження.

Порівнюючи динаміку показників психофізичного розвитку учнів молодших класів під впливом інноваційних засобів фізичної культури ми спостерігаємо (табл. 2), що динаміка рівня саморегуляції учнів різних шкіл змінюється. Підвищився відсоток показника саморегуляції у учнів під впливом програм занять з плавання, аквааеробіки, спортивних танців та туризму.

Таблиця 1.

Порівняльний аналіз показників часу зорово-моторної реакції молодших школярів навчальних закладів різного типу, мс (x, S)

Навчальні заклади різного типу	Стать	2-й клас		3-й клас		4-й клас	
		x	S	x	S	X	S
1-й етап							
ЗОШ № 33 n=105	х	433	72	422	70	388	74
	д	447	66	451	71	425	75
ЗОШ № 78 n=184	х	427	68	421	55	420	65
	д	456	70	457	68	424	63
ЗОШ № 108 n=125	х	429	54	427	62	418	74
	д	460	72	455	66	422	69
Ліцей № 171 n=215	х	431	68	429	52	415	78
	д	452	70	452	70	420	80
ЩДС «Софія» n=72	х	441	82	421	72	412	79
	д	457	71	472	74	418	74
2-й етап							
ЗОШ № 33 n=105	х	422	68	401	55	368	60
	t ₁₋₂	0,42		0,97		0,89	
	д	426	72	434	56	402	58
	t ₁₋₂	0,86		0,80		1,14	
ЗОШ № 78 n=184	Х	399	66	389	76	348	54
	t ₁₋₂	1,45		2,55		2,62	
	д	423	68	415	65	396	56
	t ₁₋₂	1,85		2,60		2,05	
ЗОШ № 108 n=125	Х	399	68	400	67	374	60
	t ₁₋₂	1,69		1,51		1,51	
	д	422	66	417	72	392	60
	t ₁₋₂	2,13		2,27		2,02	
Ліцей № 171 n=215	Х	398	68	397	62	390	67
	t ₁₋₂	2,03		2,41		1,63	
	д	412	68	418	66	398	76
	t ₁₋₂	2,05		2,03		1,26	
ЩДС «Софія» n=72	Х	422	64	396	70	392	65
	t ₁₋₂	0,77		0,83		0,68	
	д	434	62	396	69	397	72
	t ₁₋₂	0,85		0,75		0,71	

Показники обсягу та концентрації уваги школярів на другому етапі досліджень також мають відмінності. Збільшується кількість учнів, які мають показник «вище норми», що займалися плаванням, аквааеробікою та спортивними танцями. Тенденція до зниження відмічається у школярів, які займалися рекреаційними іграми та футболом.

Таблиця 2.

Порівняльний аналіз показників психофізичного розвитку молодших школярів під впливом програм занять з традиційними та інноваційними засобами фізичного виховання впродовж навчального року (%)

Показники психофізичного розвитку	№33 (футбол)		№78 (плавання)		№108 (аквааеробіка)		№171 (спортивні танці, туризм)		ШДС «Софія» (рекреаційні ігри)	
	1 етап	2 етап	1 етап	2 етап	1 етап	2 етап	1 етап	2 етап	1 етап	2 етап
	n=105		n=184		n=125		n=215		n=72	
Рівень саморегуляції вище норми	-	2	7	11	8	13	2	7	1	4
норма	41	56	53	61	55	60	51	59	43	57
нижче норми	59	45	40	28	37	27	47	34	56	39
Рівень обсягу уваги: вище норми	1	9	8	9	5	8	3	9	-	7
норма	57	54	76	79	76	79	71	73	56	61
нижче норми	42	37	16	12	29	13	26	18	44	32
Рівень концентрації уваги: вище норми	-	2	4	7	2	6	4	6	-	4
норма	54	64	77	79	74	78	71	73	58	68
нижче норми	46	32	19	14	24	16	25	17	42	28

Висновки

Дослідження психофізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку показали що приріст досліджуваних показників на другому етапі експерименту був кращим у учнів навчальних закладів, де впроваджені інноваційні програми занять фізичною культурою такі як плавання, аквааеробіка, спортивні танці, які користуються популярністю у школярів і підвищують мотивацію до занять.

Отримані результати дослідження дають підставу стверджувати, що необхідно ширше впроваджувати в навчальний процес з фізичного виховання початкової школи інноваційні засоби фізичної культури які сприяють використанню різноманітних вправ, видів рухової активності, якими можна вирішувати не тільки освітні, але й виховні і оздоровчі завдання фізичного виховання.

Список літератури

1. Аксьонова О.П. Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання. / Автореф...дис.канд.пед. наук. – Запоріжжя, 2005. – 22 с.
2. Данилевич М., Гачкевич А. Зміни рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості хлопчиків під впливом занять бойовим гопаком // Зб. наукових праць: Молода спортивна наука України. – Львів, ЛДІФК, 2006. – С. 125-130.
3. Когут І. Вплив рухового режиму на фізичний розвиток дітей 6-8 років, які навчаються в школах різного типу // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ, ДДІФКС. 2004.-№ 7. – С. 143-146.

4. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та юнацтва. – К.: Олімпійська література, 2005. – 196 с.
5. Масляк І. Шляхи вдосконалення змісту уроків фізичної культури у школярів молодших класів // Зб. наукових праць: Молода спортивна наука України. – Львів, ЛДІФК, 2006. – С. 44-51.
6. Москаленко Н. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ, ДДІФКС, 2007. – № 1/2. – С. 16-21.
7. Сембрат С., Погребний В. Вікова спрямованість виборчого і комплексного планування педагогічних дій при удосконаленні фізичних здібностей дітей молодшого шкільного віку // Зб. наукових праць: Молода спортивна наука України. – Львів, ЛДІФК, 2006. – С. 29-39.
8. Семененко В. Аналітичний огляд результатів досліджень стану фізичного здоров'я молодших школярів м. Києва під впливом третього уроку фізичного виховання // Зб. наукових праць: Молода спортивна наука України. – Львів, ЛДУФК. – 2007.
9. Фролова Н. Особливості психофізичного розвитку молодших школярів // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ, 2004. №. 7. – С. 95-97
10. Шиян О.В. Обґрунтування змісту уроків фізичної культури з елементами бадмінтону для дітей молодшого шкільного віку: Автореф...дис. канд.фіз.вих. і спорту: 24.00.02 // Дніпропетровськ, ДДІФКС. 2003. – 16 с.

**ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ЗАНЯТИЙ
С ТРАДИЦИОННЫМИ И ИННОВАЦИОННЫМИ
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Инна ХРИПКО

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Аннотация. В работе представлены данные сравнительного анализа влияния традиционных и инновационных средств физической культуры на психофизическое развитие детей младшего школьного возраста, обучающихся в школах разного типа.

Ключевые слова: традиционные средства, инновационные средства, младший школьный возраст, психофизическое развитие, школы разного типа.

**THE DYNAMICS OF PARAMETERS OF THE YOUNG SCHOOLBOYS
PSYCHOPHYSICAL DEVELOPMENT UNDER THE INFLUENCE
OF THE EXERCISE WITH TRADITIONAL AND INNOVATIONAL METHODS
OF PHYSICAL EDUCATION**

Inna KHRYPKO

National University of Physical Education and Sports of Ukraine

Abstract. In the work is presented the data of the comparative analyses of influence on psychophysical development of the younger schoolboys the program of exercise with traditional and innovational methods of physical education during the academic year.

Key words: innovational methods, younger school age, traditional methods, psychophysical abilities, schools of different types.