

ПОРІВНЯЛЬНА ЕФЕКТИВНІСТЬ ІНТЕГРАТИВНОЇ ТА СЕГРЕГАТИВНОЇ МОДЕЛЕЙ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

Іванна Боднар, Соломія Мильчук, Анна Гук

*Львівський державний університет фізичної культури,
м. Львів, Україна*

Кількість дітей з порушеннями у здоров'ї зростає з кожним роком їхнього навчання у школі. Збільшується кількість дітей, скерованих до спеціальної медичної групи (СМГ), зокрема дівчат. У зв'язку з цим, важливо оптимізувати процес фізичного виховання (ФВ) у школі [1, 3].

Одним із можливих шляхів оптимізації процесу ФВ у школі може бути застосування ефективних засобів, методів і форм організації процесу ФВ школярів [2, 3].

В умовах упровадження в межах нової української школи інклюзивної освіти варто з'ясувати, який спосіб організації роботи з школярами СМГ буде найефективнішим [3, 4].

Наші дослідження присвячено порівняльному аналізу ефективності впровадження двох наявних на практиці форм організації процесу ФВ зі школярами СМГ (інклюзивних (спільних) уроків ФК зі школярами різних медичних груп із диференціацією завдань залежно від можливостей дітей і сегрегативних занять учнів СМГ у позанавчальний час).

Мета дослідження полягає в порівнянні ефективності інтегративного та сегрегативного фізичного виховання учнів старших класів.

Завдання роботи:

1. Визначити зміни показників фізичної підготовленості школярів СМГ під впливом сегрегативних та інклюзивних занять з ФВ.

2. Визначити зміни показників психоемоційного стану школярів СМГ під впливом сегрегативних та інклюзивних занять з ФВ.

3. Порівняти ефективність занять з ФВ в сегрегативних та інклюзивних умовах.

Методи дослідження: аналіз наукової і методичної літератури, загальнонаукові методи теоретичного пізнання: аналізу та синтезу, порівняння, узагальнення літературних джерел та емпіричних даних; психодіагностичні (методика Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна для визначення ступеня тривожності; встановлення САН (самопочуття, активність, настрої), методика В. А. Розанової (для визначення мотивованості до успіху); педагогічні (тестування, констатувальний експеримент); методи математичної статистики.

Організація дослідження. Наше дослідження відбулося на базі Підбірцівської ЗОШ I–III ст. Обстежено школярів старших класів Підбірцівської ЗОШ I–III ст., на момент тестування яким було 15–17 років. Усі школярки належали до СМГ.

У вересні 2017 року вимірювали рівень розвитку фізичних якостей школярів та проводили психодіагностичні обстеження.

Упродовж року школярки відвідували уроки ФК у своїй школі. Усі школярі, незалежно від медичної групи, на уроках ФК займалися разом, але для кожної дитини вчитель ФК добирав чи диференціював фізичне навантаження залежно від її функціональних можливостей. Учні СМГ були залучені до загального процесу ФВ, отже такий спосіб організації можна назвати інклюзивним. Ці школярки склали експериментальну групу (ЕГ) із 32 осіб.

Для інших учнів старших класів СМГ проводили заняття як останні уроки, згідно з розкладом. Усі учні СМГ з паралельних старших класів були об'єднані в цю групу. Отже, маємо ознаки сегрегації. З цих 35 учнів було сформовано контрольну групу (КГ).

В обох групах уроки проводили тричі на тиждень по 45 хв.

У вересні 2018 року школярів повторно обстежили.

Порівняльний педагогічний експеримент передбачав з'ясування показників фізичної підготовленості і психоемоційного стану на початку та після в кінці педагогічного експерименту.

Тестування. Рівень фізичної підготовленості школярів визначено за показниками ступеня розвитку основних рухових здібностей – координаційних здібностей, гнучкості, швидкості, сили та витривалості.

Результати. На початку експерименту рівень розвитку більшості фізичних якостей фізичної підготовленості учениць старших класів СМГ оцінено як низький та нижчий за середній (гнучкості (відведення

руки)), сили (згинання – розгинання рук), витривалості (біг/ходьба на 2000 м), спритності (біг «змійкою»), гнучкості (нахил тулуба), швидкості (біг 60 м). Спритність за тестом «фламінго», швидкість за теплінг-тестом, сила кисті школярок СМГ відповідали середньому і вищому за середній рівням розвитку. Гнучкість, витривалість і сила були на найнижчому рівні.

Після впровадження інклюзії до процесу фізичного виховання на тлі значного і достовірного поліпшення результатів обстежуваних експериментальної групи рівень фізичної підготовленості підвищився приблизно на 1 бал і почав наближатися до оцінки 3 бали. В обстежуваних контрольної групи рівень фізичної підготовленості майже не змінився, його, як і до експерименту, можна оцінити 2 балами.

В інклюзивних умовах відбулися суттєві поліпшення результатів складання тестів фізичної підготовленості школярок старших класів. Лише зрідка достовірні поліпшення результатів супроводжувалися підвищенням оцінки, що можна пояснити недосконалістю тестів.

Після завершення експерименту спостерігали достовірні розбіжності в результатах школярок ЕГ у витривалості, гнучкості та спритності. Показники сили не відрізнялися у школярок ЕГ та КГ. Із двох тестів на швидкість помітні суттєві розбіжності лише в результатах одного з них – теплінг-тесту.

Отже, спільні уроки школярів СМГ з учнями інших сильніших медичних груп сприяють розвитку в учениць СМГ витривалості, гнучкості та спритності. Для розвитку сили м'язів школярів СМГ інклюзивні та сегрегативні уроки однаково ефективні (табл. 1).

Таблиця 1

Показники рівня розвитку фізичних якостей школярок експериментальної та контрольної груп до та після експерименту

Групи	Результати		t	p
	до експерименту	після експерименту		
Біг «змійкою» (с)				
Експериментальна	7,43+0,06	6,96+0,06	5,45	<0,001
Контрольна	7,56+0,11	7,40+0,12	0,93	>0,05
t	1,00	3,30	–	–
p	>0,05	<0,01	–	–

Продовження табл. 1

Групи	Результати		t	p
	до експерименту	після експерименту		
«Фламінго» (кількість спроб)				
Експериментальна	3,25+0,18	2,03+0,15	5,17	<0,001
Контрольна	3,39+0,32	2,70+0,28	1,63	>0,05
t	0,37	2,09	–	–
p	>0,05	<0,05	–	–
Нахил тулуба вперед (см)				
Експериментальна	11,71+0,48	14,06+0,41	3,62	<0,001
Контрольна	11,35+0,78	12,26+0,75	0,93	>0,05
t	0,39	2,10	–	–
p	>0,05	<0,05	–	–
Відведення руки (град.)				
Експериментальна	3,63+0,25	5,39+0,37	3,92	<0,001
Контрольна	3,30+0,37	4,00+0,42	0,93	>0,05
t	0,73	2,48	–	–
p	>0,05	<0,05	–	–
Біг на 60 м (с)				
Експериментальна	10,75+0,08	10,50+0,07	2,22	<0,05
Контрольна	10,81+0,13	10,65+0,12	0,89	>0,05
t	0,38	1,02	–	–
p	>0,05	>0,05	–	–
Теплінг-тест (кількість крапок)				
Експериментальна	68,67+0,62	73,21+0,72	4,79	<0,001
Контрольна	67,39+1,63	69,30+1,42	0,88	>0,05
t	0,73	2,45	–	–
p	>0,05	<0,05	–	–
Згинання – розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)				
Експериментальна	7,31+0,78	9,67+0,76	2,16	<0,05
Контрольна	7,17+0,74	8,43+0,81	1,15	>0,05
t	0,12	1,11	–	–
p	>0,05	>0,05	–	–

Продовження табл. 1

Групи	Результати		t	p
	до експерименту	після експерименту		
Кистьова динамометрія (кг)				
Експериментальна	26,75+0,54	28,44+0,54	2,23	<0,05
Контрольна	26,48+0,72	27,61+0,68	1,14	>0,05
t	0,30	0,96	–	–
p	>0,05	>0,05	–	–
Біг на 2000 м (с)				
Експериментальна	1012,49+7,11	946,56+9,31	5,61	<0,001
Контрольна	1024,26+11,60	1002,35+10,61	1,33	>0,05
t	0,81	4,07	–	–
p	>0,05	<0,001	–	–

В умовах проведення інклюзивних уроків ФК змінився психоемоційний стан школярів. Узагальнення даних психоемоційного стану виявило, що обидві моделі організації процесу ФВ зі школярками однаково ефективні за показниками мотивованості на успіх та за показниками особистісної і ситуативної тривожності школярок СМГ. Натомість результати САН свідчать про властивість сегрегативної моделі організації ФВ поліпшувати психоемоційний стан школярок СМГ.

Висновок. І інклюзивні, і сегрегативні уроки однаково ефективні для поліпшення фізичної підготовленості і психоемоційного стану учнів старших класів.

Список використаних джерел

1. Боднар І. Р. Диференційоване фізичне виховання : навч. посіб. / Іванна Боднар. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 200 с.
2. Боднар І. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп : [монографія] / Іванна Боднар. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 316 с.
3. Боднар І. Р. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи : навч.-метод. посіб. / І. Р. Боднар. – Львів : Українські технології, 2005. – 48 с.
4. Bodnar I. Can integrative physical education improve physical development of schoolchildren? With a kind of emptiness? / Ivanna Bodnar, Tetiana Duk, Martyniv Oleh, Larysa Hoshovska // Physical Activity Review. – 2018. – N 6. – P. 1-7.