

10-11
A-64

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

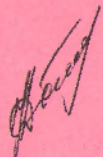
Долбишева Ніна Григорівна

УДК: 796:071.5:371.73

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗНАТЬ
ПРО ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я
В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СТАРШОКЛАСНИКІВ**

24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

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



КИЇВ – 2006

Дисертацією є рукопис

Робота виконана у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту, Міністерство України з питань сім'ї, молоді та спорту

Науковий керівник

кандидат педагогічних наук, доцент

Шамардіна Галина Миколаївна,

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, завідувач кафедри олімпійського і професійного спорту та теорії фізичного виховання

Офіційні опоненти:

доктор педагогічних наук, професор, заслужений працівник народної освіти України

Максименко Георгій Миколайович,

Інститут фізичного виховання і спорту Луганського національного педагогічного університету ім. Тараса Шевченка, завідувач кафедри спортивних дисциплін;

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Альошина Алла Іванівна,

Волинський державний університет ім. Лесі Українки, завідувач кафедри фізичної реабілітації

Провідна установа Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка, кафедра теоретичних основ і методики фізичного виховання, Міністерство освіти і науки України, м. Тернопіль

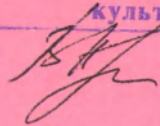
Захист дисертації відбудеться 3 березня 2006 р. о 16 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ – 150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ – 150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розісланий 2 лютого 2006 р.

Учений секретар спеціалізованої вченої ради

БІБЛІОТЕКА
Львівського державного
інституту фізичної
культури



В.І. Воронова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ ЛДІФК

Актуальність. Напрямами реалізації змісту освітньої програми “Здоров’я і фізична культура” є формування засад для всебічного розвитку учнів; підвищення рівня фізичної підготовленості, формування і поліпшення основних життєво важливих рухових навичок, умінь та пов’язаних з ними знань; підготовка до повноцінного життя в природних, техногенних та соціальних умовах; до безпечної трудової діяльності та надання першої допомоги; до захисту Вітчизни та вибору професії (Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти, 2004).

Навчальний предмет “Основи здоров’я і фізична культура” (2001, 2005) в загальноосвітніх навчальних закладах спрямований на реалізацію розвиваючих, оздоровчих, пізнавальних, навчальних та виховних завдань. Однак, ураховуючи вікові особливості дітей старшого шкільного віку, зміст навчальної програми з фізичної культури, необхідно звернути увагу на вирішення пізнавальних та виховних завдань, а саме: розширення кругозору; виховання інтересу та звички до занять фізичними вправами; виховання дбайливого ставлення до свого здоров’я; формування стійких мотиваційних настанов на здоровий спосіб життя; усвідомлення необхідності розвивати свої фізичні здібності; виховання морально-вольових і психологічних якостей особистості.

Аналіз теоретичного дослідження показав, що для виконання поставлених завдань необхідно формувати знання з фізичної культури, позитивні мотиви та потребу до цих занять, виховувати бажання систематично займатися фізичною культурою та отримувати задоволення від цього (В.А. Вінник, 1986; П.К. Дуркін, 1995; В.П.Кінденко, 2000; Б.Д. Куланін, 1986; Л.І. Лубишева, 1993; В.А. Пономарчук, 1986; В.В. Приходько, 1991; С.В. Сичов, 2001 та ін.).

Першою сходинкою у вирішенні поставлених завдань є формування знань з фізичної культури. Знання є основним компонентом змісту освіти з фізичної культури особистості. Вони є рівнем інформації, за допомогою якого формується свідоме ставлення до процесів і явищ, що закріплюється в пам’яті людини (С.Ю. Голевин, 1998). Знання формуються в процесі свідомої діяльності людини у вигляді фактів, уявлень, понять і закономірностей.

У системі загальноосвітньої школи знання з фізичної культури є складовою процесу фізичного виховання, підґрунтям підвищення мотивації та інтересу до занять фізичною культурою. В системі шкільної освіти вони набувають загального довідково-інформаційного характеру (Л.К. Зав’ялов, 1982; М. Зубаль, 2004; Ю.А. Перевощиков, 1984; А.А. Шевченко, Б.М. Шиян, 2001 та ін.).

Зміст і обсяг теоретико-методичного матеріалу з фізичної культури, яким повинні володіти учні, визначається навчальною програмою “Основи здоров’я і фізична культура” (2001), а важливість його викладання наголошують навчально-методичні посібники та підручники В.Г. Ареф’єва (1996, 1997), Б.А. Ашмаріна (1990), А.А.Гужаловського (1986), К.Б. Кофмана (1998), Т.Ю. Круцевич (2003), Л.П. Матвеева (1991), В.Ф. Новосельського (1989), Г.М. Шамардіної (2004) і Б.М. Шияна (1996, 2001).

Підвищенню ефективності формування знань з фізичної культури учнів молодшої школи присвячено праці Н.В. Москаленко (2001, 2002), середньої школи - В.П.Кінденко (1999, 2000). Проте й зараз недостатньо дослідженими є шляхи формування теоретико-методичних знань в учнів старшої школи, а саме загальних та спеціальних знань теоретичного, методичного та практичного рівнів. Сукупність цих знань впливає на педагогічні, психологічні та медичні знання, які збагачують духовне та фізичне життя особистості, формують особливе ставлення до здоров'я та здорового способу життя.

Тому виникла необхідність у проведенні теоретичних і експериментальних досліджень, пов'язаних з розробкою теоретико-методичного матеріалу для формування знань про фізичне здоров'я (фізичний розвиток, фізичну підготовленість та функціональний стан), який сприятиме розвитку умінь та навичок з організації та методики проведення самостійних занять з фізичної культури старшокласників.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту згідно зі "Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2000–2005 рр." Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України в рамках теми 2.1.6 "Науково-методичні підходи до побудови системи фізичного виховання дітей шкільного віку", номер державної реєстрації 0101U001887. Роль автора полягає в розробці й експериментальному обґрунтуванні спеціального курсу "Фізичне здоров'я" в системі фізичного виховання у старшокласників.

Об'єкт дослідження – формування знань про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання старшокласників у загальноосвітній школі.

Предмет дослідження – зміст, форми та методи формування знань про фізичне здоров'я у процесі фізичного виховання старшокласників.

Мета роботи. Науково обґрунтувати систему формування загальних та спеціальних знань про фізичне здоров'я на теоретичному, методичному і практичному рівнях у процесі фізичного виховання старшокласників загальноосвітньої школи.

Відповідно до мети дослідження були поставлені такі **завдання**:

1. Визначити найбільш значущі фактори, які впливають на рівень знань і теоретичну підготовку з фізичної культури дітей старшого шкільного віку.

2. Визначити взаємозв'язок рівня знань з руховою активністю, окремими показниками фізичної підготовленості й функціональними можливостями організму старшокласників.

3. Розробити зміст спеціального курсу "Фізичне здоров'я" на теоретичному, методичному й практичному рівнях для учнів старшого шкільного віку та методику контролю формування знань.

4. Впровадити в практику спеціальний курс "Фізичне здоров'я", оцінити його вплив на формування теоретичного, методичного й практичного рівнів знань, рухову активність, показники фізичного здоров'я старшокласників.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи:

- методи теоретичного рівня (метод теоретичного вивчення й аналізу науково-методичної літератури, аналізу документальних матеріалів);

- методи практичного рівня (соціологічні методи, інформаційний метод, метод контрольного тестування знань, педагогічного тестування фізичних здібностей, функціональних проб, реєстрації рухової активності, метод педагогічного спостереження та педагогічний експеримент);

- методи математичної статистики.

Наукова новизна роботи полягає у тому що:

- вперше в умовах загальноосвітньої школи для учнів старших класів розроблено систему формування загальних та спеціальних знань про фізичне здоров'я на теоретичному, методичному та практичному рівнях за допомогою спеціального курсу "Фізичне здоров'я";

- розроблено критерії оцінювання знань з теоретико-методичного матеріалу, виконання практичних завдань та самостійної роботи зі спеціального курсу "Фізичне здоров'я" за 12-бальною шкалою оцінок;

- вперше оцінено знання дітей старшого шкільного віку з питань фізичного здоров'я на теоретичному, методичному та практичному рівнях; проведено порівняльний аналіз рівнів знань та встановлено їх взаємозв'язок з руховою активністю, окремими показниками фізичного здоров'я;

- уніфіковано підходи до організації та планування теоретичного, методичного й практичного матеріалу з питань фізичного здоров'я на основі факультативних занять та міжпредметних зв'язків уроків фізичної культури з дисциплінами "Допризовна підготовка юнаків" і "Медицина".

Практична значущість досліджень полягає в тому, що на підставі отриманих результатів розроблено і впроваджено в практику фізичного виховання учнів старшого шкільного віку в загальноосвітніх школах № 36, № 9 (м. Дніпродзержинськ), колегіуму № 16 (м. Дніпродзержинськ) методичні рекомендації з особливостей планування та змісту спеціального курсу "Фізичне здоров'я" в системі фізичного виховання.

Основні положення дисертації використані для удосконалення навчального процесу студентів III курсу Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту з предмету "Теорія та методика фізичного виховання". Про результати свідчать акти впровадження.

Особистий внесок здобувача полягає у розробці спеціального курсу "Фізичне здоров'я" для учнів старшого шкільного віку та впровадження його в систему організації факультативних занять, міжпредметних зв'язків та уроків з фізичної культури в загальноосвітніх школах. Автором самостійно виконано патентно-інформаційний пошук, проаналізовано літературу з обраної теми, підібрано методи дослідження, проведено аналіз та узагальнення одержаних результатів, зроблено висновки й розроблено практичні рекомендації; здійснено оцінку теоретичних, методичних та практичних знань, фізичної підготовленості й функціональних

можливостей організму та рівня рухової активності дітей старшого шкільного віку. У публікаціях автору належить методика досліджень та аналіз емпіричних даних.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження доповідалися на обласних, регіональних, всеукраїнських конференціях (протягом 2000-2005 рр.), насамперед на V, VI, VII Міжнародних конференціях “Молода спортивна наука України”, м. Львів (2001, 2002, 2003), науковій конференції “Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні”, м. Рівне (2001), III Міжнародній науковій конференції студентів і аспірантів “Фізична культура, спорт та здоров’я”, м. Харків (2001), науково-методичних конференціях “Сучасні проблеми фізичної культури та спорту” (2001), “Молода спортивна наука Придніпров’я”, м. Дніпропетровська (2001, 2002, 2003, 2004), Міжнародній науково-практичній конференції “Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві”, м. Луцьк (2002), VII Міжнародному конгресі “Сучасний олімпійський спорт і спорт для всіх”, м. Москва (2003), Міжнародних науково-практичних конференціях “Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації в Україні”, м. Дніпропетровськ (2004, 2005).

Публікації. Основні положення дисертаційних досліджень висвітлено у 14 публікаціях, із яких 8 наукових статей - у фахових виданнях, затверджених ВАК України, та 6 – у співавторстві.

Структура й обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, п’яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку літератури, додатків. Робота викладена на 213 сторінках, містить 21 таблицю, 15 рисунків. Бібліографічний показник містить 212 літературних джерел, в тому числі – 10 праць зарубіжних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі розкривається актуальність теми, визначаються об’єкт, предмет, мета та завдання дослідження, характеризуються наукова новизна, практична значущість дослідження, особистий внесок здобувача, вказується сфера апробації та впровадження у практику результатів дослідження.

У першому розділі “Сучасний стан освіти з фізичної культури дітей старшого шкільного віку” розглядаються завдання освіти в галузі фізичної культури дітей старшого шкільного віку, сучасні підходи до організації та методики проведення уроків фізичної культури, знання як компонент змісту фізичної культури, основи методики формування знань з фізичної культури та вікові особливості дітей старшого шкільного віку.

Аналіз літературних джерел дає підставу стверджувати, що в наукових та методичних працях проблема формування знань у галузі фізичної культури розглянута недостатньо повно. Визначено теоретичні основи методики викладання теоретичного матеріалу в системі уроків фізичної культури, однак деякі з них не мають експериментального підтвердження.

У системі шкільної освіти структура та організація уроків з фізичної культури в старшому шкільному віці ґрунтується на програмі загальноосвітньої школи “Основи

здоров'я і фізична культура" з урахуванням вікових анатомо-фізіологічних особливостей розвитку організму та психологічних властивостей юнаків та дівчат 15–17 років.

У другому розділі **"Методи і організація дослідження"** дається опис методів дослідження, описується організація дослідження.

Дослідження проводилося протягом 1999–2004 рр. у чотири етапи.

I етап (1999–2000 рр.) – опрацювання наукової та методичної літератури, розробка концепції дослідження, вивчення досвіду роботи викладачів фізичної культури, теоретичне обґрунтування теми дисертаційної роботи.

II етап дослідження (2000–2001 рр.) спрямований на визначення факторів, що впливають на рівень знань старшокласників, розробку комплексу теоретико-методичного матеріалу щодо формування знань про фізичне здоров'я для учнів старших класів (спеціального курсу "Фізичне здоров'я").

III етап (2001–2002 рр.) – проведення основного педагогічного експерименту, протягом якого визначалась ефективність експериментальної методики.

IV (заключний) етап (2002–2004 рр.) – математична обробка отриманих експериментальних даних, визначення ступеню їх вірогідності.

В анкетуванні взяли участь учні старших класів та 10 вчителів загальноосвітніх шкіл № 9, 36 та колегіуму № 16 м. Дніпродзержинська Дніпропетровської області.

У дослідженні взяли участь 155 дівчат та 116 юнаків старшого шкільного віку 15–17 років, учні загальноосвітньої школи № 36 та колегіуму № 16 м. Дніпродзержинська. Під час експерименту контрольна група працювала відповідно до шкільної програми з фізичної культури, річного та поурочного плану на чверть, що розроблені викладачами фізичної культури з урахуванням матеріальних умов школи, експериментальна – відповідно до планування спеціального курсу "Фізичне здоров'я".

У третьому розділі **"Характеристика рівня знань з фізичної культури дітей старшого шкільного віку"** подані результати дослідження факторів, які впливають на рівень знань, теоретичну підготовку з фізичної культури дітей старшого шкільного віку, та аналіз взаємозв'язків між рівнем знань і критеріями фізичного здоров'я.

Результати аналізу теоретико-методичного розділу дозволяють говорити про те, що обсяг знань програмного матеріалу старшокласників обмежується, в основному, загальними знаннями довідково-інформаційного характеру і охоплює теоретичний рівень, а саме: в межах 10-го класу – "Ознаки перевтоми", "Організація і проведення позакласних занять з дітьми молодшого шкільного віку", "Дотримання рухового режиму та правил безпеки і гігієни під час занять фізичними вправами", "Надання першої медичної допомоги у разі травмування", "Основні поняття і принципи системи фізичного виховання в закладах освіти", в межах 11-го класу – "Фізична культура як важлива складова загальної культури людини", "Фізична культура в сім'ї", "Впровадження здорового способу життя", "Перша допомога у разі спортивного травмування", "Фізичні вправи для підготовки до праці та служби в армії, придбання професії, гармонійного розвитку майбутньої матері". Спеціальні

знання з фізичної культури методичного рівня розкриті недостатньо. Так, у навчально-пріоритетному матеріалі програми “Основи здоров’я і фізична культура” до спеціальних методичних знань можна зарахувати: у 10-му класі – питання планування та методики розвитку основних фізичних якостей, проведення самостійних занять фізичними вправами; у 11-му класі – питання щодо методики проведення самостійних занять фізичними вправами та самоконтролю за фізичними навантаженнями.

Анкетування учителів свідчить про те, що 90 % опитаних не викладають теоретичний матеріал у повному обсязі згідно програми. На думку 80 % учителів, основними причинами недостатньої теоретичної підготовки учнів є відсутність методичної літератури з теоретичного розділу програми; 40 % учителів зазначають, що для викладання теоретичного матеріалу 10 хв., відведених на це програмою, замало; 70 % пропонують удосконалити теоретичний матеріал для учнів старших класів; 90 % вважають за необхідне включити до системи уроків з фізичної культури спеціальні знання про фізичне здоров’я; 50 % учителів пропонують до теоретико-методичного матеріалу програми предмету “Основи здоров’я і фізична культура” для учнів старших класів додати питання про фізичне здоров’я, організацію та методику проведення самостійних занять фізичною культурою.

Учні 10–11-х класів не бажають знайомитися із загальними питаннями фізичної культури. За результатами анкетування, учнів не цікавить 40 % теоретичного матеріалу державної програми для 10-го класу та 63 % – для 11-го класу. Усі учні старших класів зазначають, що не хочуть знайомитися з питаннями державної програми: 10-й клас – “Фізична культура в Україні”, “Надання першої медичної допомоги у разі травмування”, “Основні поняття і принципи системи фізичного виховання в навчальних закладах”, “Організація і проведення позакласних занять з дітьми молодшого шкільного віку”; 11-й клас – “Перша допомога при спортивних травмах”, “Фізична культура в сім’ї”, “Фізична культура як важлива складова загальної культури людини”, “Виховання звички до занять фізичною культурою”, “Фізичні вправи для підготовки до праці, служби в армії, придбання професії, гармонійного розвитку майбутньої матері”.

Понад 80,1 % учнів 10-х та 64,5 % 11-х класів цікавляться питаннями з методики самостійних занять фізичними вправами, 77,8 % учнів 11-х класів – питаннями самоконтролю за впливом фізичних навантажень. З плануванням та методикою розвитку фізичних якостей бажають ознайомитися 61,5 % учнів 10-х класів.

Анкетні дані свідчать про те, що респонденти 15–17 років мають низький рівень знань з фізичної культури, а саме 68,3 % учнів старшого шкільного віку вказують на відсутність знань з організації власної оздоровчо-рухової активності; 61,3 % учнів не знають методик оцінювання і контролю за станом фізичного здоров’я, понад 35,5 % учнів свої знання оцінюють як низькі, і тільки 3,2 % учнів мають загальне уявлення про знання з фізичної культури.

Усі учні 10-х класів на питання стосовно фізичного здоров'я відповідають неправильно, і тільки 29 % учнів 11-х класів дають правильну відповідь. Не можуть дати визначення фізичному стану як компоненту фізичного здоров'я 87.5% учнів 10-х і 100 % учнів 11-х класів, назвати критерії його визначення – 90 і 100 % відповідно.

Близько 66 % учнів 10-х і 100 % учнів 11-х класів вказують, що низька рухова активність впливає або на показники фізичного розвитку, або на розвиток серцево-судинної та дихальної систем, але учні не враховують її вплив на функціональний і фізичний розвиток організму в цілому.

Необхідно підкреслити, що юнаки та дівчата безпомилково відповідають на запитання, які стосуються фізичної підготовленості, - до них зараховують розвиток сили, швидкості, координації, витривалості та гнучкості; за допомогою контрольного педагогічного тестування визначають розвиток фізичних здібностей і фізичну підготовленість; зазначають, що основу фізичних здібностей людини складають координаційні, силові, швидкісні здібності, витривалість і гнучкість. Однак учні 10-11-х класів не дають правильних відповідей стосовно понять фізичних якостей: сили, швидкості та гнучкості.

Лише 10 % десятикласників основним призначенням фізкультурно-оздоровчих занять вважають організацію рухової активності, формування потреби і звички до занять, зміцнення й удосконалення функціональних систем. Інші (90 і 100 % учнів 10-х і 11-х класів) відповідають, що мета занять – це розвиток фізичних здібностей. Понад 65 % учнів 10-х і 75 % учнів 11-х класів для підвищення загального рівня працездатності у процесі фізкультурно-оздоровчих занять надають перевагу вправам на розвиток витривалості.

На думку 35 % учнів 10-х і 33 % учнів 11-х класів, ефективність фізичних вправ оздоровчої спрямованості визначається періодичністю і тривалістю занять, інтенсивністю й характером виконаних фізичних вправ.

Зауважимо, що 62,5% учнів 10-х і 100 % учнів 11-х класів правильно розуміють, що фізична рекреація – це організація активного відпочинку за допомогою фізичних вправ та одержання задоволення від цього процесу.

Аналіз кореляційного взаємозв'язку показав, що між рівнем знань і показниками рухової активності у даного контингенту досліджуваних існує середній статистичний зв'язок, оскільки коефіцієнт кореляції між даними показниками у юнаків становить $r=0,50$, у дівчат – $r=0,62$.

У результаті дослідження ми з'ясували, що на загальногруповому рівні знання мають слабкий взаємозв'язок з окремими показниками фізичної підготовленості та функціональними можливостями як у юнаків, так і у дівчат. Однак достовірно значуща кореляція спостерігається в тесті на силу (верхнього плечового поясу) у дівчат та фізичну працездатність у юнаків при $p<0,05$.

Таким чином, отримані дані аналізу взаємозв'язків між знаннями та критеріями фізичного здоров'я дають можливість цілеспрямовано впливати на рівень знань як

фактор, що впливає на рівень рухової активності, та окремі показники фізичної підготовленості і функціональних можливостей.

Розділ четвертий **“Технологія формування знань про фізичне здоров’я в системі фізичного виховання дітей старшого шкільного віку”** присвячений формуванню знань про фізичне здоров’я в системі фізичного виховання дітей старшого шкільного віку, аналізу результатів застосування спеціального курсу **“Фізичне здоров’я”** та його впливу на теоретичний, методичний й практичний рівні знань, рухову активність, показники фізичного здоров’я.

Теоретико-методичні основи формування знань складаються з:

- принципів (актуальності, системності й комплексності, науковості, доступності, інтегративності, регіональності, концентризму й послідовності) та компонентів навчання (освітній, цільовий, практично-діяльний, мотиваційний, змістовний, оціночно-результативний);

- обсягу знань на теоретичному (поняття **“фізичне здоров’я”** та його компоненти, ендогенні та екзогенні фактори, що впливають на рівень фізичного здоров’я, морфофункціональні особливості дітей старшого шкільного віку та характеристика традиційних та нетрадиційних форм фізичної культури), методичному (способи та методи визначення стану фізичного здоров’я, рухової активності та основи методики планування фізичного навантаження в процесі організації особистих фізкультурно-оздоровчих занять традиційними й нетрадиційними фізичними вправами) та практичному (уміння визначати стан фізичного здоров’я, обсяг рухової активності й фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами та уміння складати програми власних фізкультурно-оздоровчих занять) рівнях;

- змісту навчального матеріалу (теоретико-методичний і практичний розділ за темами **“Фізичне здоров’я, компоненти і критерії оцінки”**, **“Основні фактори, які впливають на рівень фізичного здоров’я”**, **“Основи планування фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами юнаків і дівчат 15–18 років”**, **“Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку”**);

- системи контролю (поточного оцінювання знань за 12-бальною шкалою оцінок, проведення тематичних інтелектуальних ігор та підсумкового контрольного тестування);

- методики планування курсу в експериментальних групах (ЕГ) з урахуванням умов школи (рис. 1) та викладання (проведення лекцій, повідомлень, бесід, аналізу).

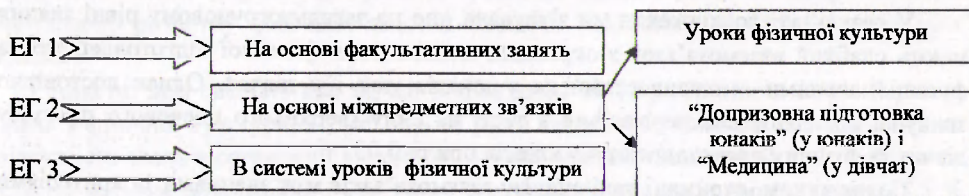


Рис. 1. Планування спеціального курсу **“Фізичне здоров’я”**

Аналіз поточного контролю дав можливість визначити рівень знань з питань фізичного здоров'я експериментальних груп та визначити ефективність організації та планування спеціального курсу "Фізичне здоров'я".

Матеріали дослідження показали, що рівень знань учнів 10–11-х класів про фізичне здоров'я в середньому становить від 6,3 до 10,3 балів. Однак найбільший середній бал з теоретичного, методичного і практичного рівнів знань мають юнаки та дівчата в ЕГ 2, за винятком теми "Основи планування фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами юнаків та дівчат 15–18 років" та теоретичного і практичного рівнів за темою "Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку" тільки у юнаків.

Визначною рисою результатів є достовірні відмінності у юнаків між показниками теоретичного, методичного і практичного рівнів знань у ЕГ 1 і ЕГ 2 груп при $p < 0,01$. У дівчат такі відмінності спостерігаються у ЕГ 1 за темою "Основи планування фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами юнаків та дівчат 15–18 років" та "Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку" і в другій ЕГ – за темою "Основні фактори, які впливають на рівень фізичного здоров'я". При $p < 0,05$ достовірні відмінності виникають в окремих випадках, а саме між практичним і теоретичним, практичним і методичним рівнями у юнаків ЕГ 3 в семи із восьми випадків, у дівчат ЕГ 1 – у двох, ЕГ 2 – у чотирьох та ЕГ 3 – у трьох випадках. Між теоретичним і методичним рівнями знань достовірні відмінності при $p < 0,05$ спостерігалися у дівчат ЕГ 2 за темою "Фізичне здоров'я, компоненти і критерії оцінки".

Коефіцієнт кореляції дав можливість оцінити ступінь взаємозв'язку між показниками. У нашому випадку між теоретичним, методичним і практичним рівнями знань за чотирма темами курсу в учнів ЕГ 1 (у юнаків – 28, у дівчат – 24), ЕГ 2 (у юнаків – 14, у дівчат – 20) та ЕГ 3 (у юнаків – 11, у дівчат – 14).

У результаті проведеного аналізу було виявлено, що в більшості випадків середній та слабкий статистичний кореляційний зв'язок спостерігається між трьома рівнями знань за кожною темою як у юнаків, так і у дівчат, за винятком двох випадків у юнаків першої ЕГ між теоретичним і методичними рівнем знань за темами "Фізичне здоров'я, компоненти і критерії оцінки" та "Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку".

Таким чином, дослідження кореляційного зв'язку між теоретичним, методичним і практичним рівнями знань за окремими темами спеціального курсу "Фізичне здоров'я" юнаків та дівчат експериментальних груп показало, що: 1) провідним компонентом кореляції між рівнями знань і у юнаків, і у дівчат є методичний рівень. Пріоритет цього рівня обумовлено найбільшими коефіцієнтами кореляції (сильний $r = 0,99$ – $0,7$ та середній $r = 0,69$ – $0,5$ статистичний взаємозв'язок) у 16-ти випадках з теоретичним та у 9-ти – з практичним рівнями знань (з 24-х); 2) сильний та середній статистичний взаємозв'язок між рівнями знань у більшості випадків спостерігається у юнаків і дівчат першої та другої експериментальних груп – в 15-ти і 11-ти (відповідно) з 24-х.

У результаті досліджень нами з'ясовано, що залежно від організації та методики викладання спеціального курсу коефіцієнти кореляції між руховою активністю та теоретичним, методичним й практичним рівнями знань значно вищі у ЕГ 1 та ЕГ 2 порівняно з ЕГ 3 (рис. 2).

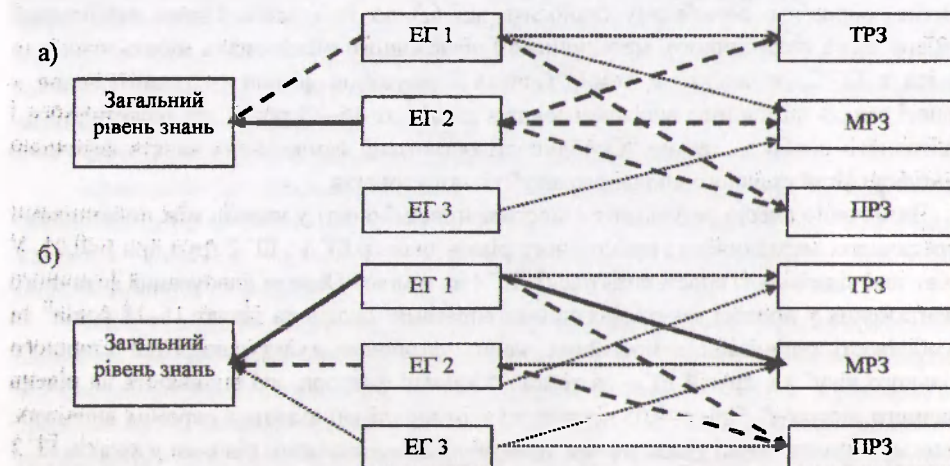


Рис. 2. Статистичні взаємозв'язки між рівнем рухової активності і теоретичним (ТРЗ), методичним (МРЗ) і практичним (ПРЗ) рівнями знань за темою "Основні фактори, які впливають на рівень фізичного здоров'я" у юнаків (а) і дівчат (б):

→ – сильний ($p < 0,001$); - - - - - середній ($p < 0,01$); - слабкий ($p < 0,05$)

У результаті проведених досліджень було проаналізовано рівень рухової активності (РРА) експериментальних груп (табл. 1). Статистично значущі відмінності РРА спостерігаються у юнаків та дівчат між ЕГ 1 і ЕГ 3 ($p < 0,05$), між ЕГ 2 і ЕГ 3 ($p < 0,05$; $p < 0,1$ відповідно). Не спостерігається достовірних відмінностей між ЕГ 1 і ЕГ 2. А отже у ЕГ 1 и ЕГ 2 як юнаків, так і у дівчат РРА вищий.

Кореляційний аналіз рівня знань з показниками фізичної підготовленості організму у юнаків та дівчат експериментальних груп залежно від внутрішньогрупової вибірки показав, що у дівчат залежність зустрічається частіше, ніж у юнаків. У більшості випадків зафіксовано середній ($r = 0,6 - 0,50$) та слабкий ($r = 0,48 - 0,20$) коефіцієнт кореляції у юнаків, які мають 9 балів, та у дівчат, які мають 10 балів.

Коефіцієнти кореляції між рівнем знань і функціональними можливостями після експерименту підвищились у показниках індексу Руф'є у юнаків у кожній групі вибірки та у дівчат третьої групи, життєвого індексу – у юнаків та індексу Робінсона у дівчат третьої групи.

Таблиця 1

Показники рівня рухової активності юнаків та дівчат експериментальних груп після експерименту

№	Експериментальна група	Рівень рухової активності (ккал)	
		\bar{x}	S
Юнаки			
1	ЕГ 1 (n=28)	2977,54	± 105,53
2	ЕГ 2 (n=14)	2945,86	± 112,57
3	ЕГ 3 (n=11)	2842,82	± 124,20
	<i>p</i> 1-2		> 0,05
	<i>p</i> 1-3		< 0,05
	<i>p</i> 2-3		< 0,05
Дівчата			
1	ЕГ 1 (n=24)	2733,79	± 109,94
2	ЕГ 2 (n=29)	2764,05	± 109,95
3	ЕГ 3 (n=14)	2656,14	± 78,00
	<i>p</i> 1-2		> 0,05
	<i>p</i> 1-3		< 0,05
	<i>p</i> 2-3		< 0,1

Аналіз підсумкового контролю за курсом “Фізичне здоров’я” дітей старшого шкільного віку дозволив встановити рівень теоретико-методичної підготовки експериментальних (ЕГ) та контрольних (КГ) груп (табл. 2).

Таблиця 2

Рівень знань з курсу “Фізичне здоров’я” експериментальних та контрольних груп за результатами контрольного тестування після експерименту

Клас	Група	Середній бал ($\bar{x} \pm S$)	t	p
Юнаки				
10	ЕГ (n=22)	8,8 ± 1,23	7,168	<0,01
	КГ (n=25)	5,9 ± 1,59		
11	ЕГ (n=27)	7,9 ± 6,1	7,926	<0,01
	КГ (n=17)	6,1 ± 1,54		
дівчата				
10	ЕГ (n=28)	8,6 ± 1,83	5,824	<0,01
	КГ (n=34)	6,0 ± 1,73		
11	ЕГ (n=32)	8,4 ± 2,10	5,197	<0,01
	КГ (n=19)	5,7 ± 1,70		

За результатами атестованих ЕГ рівень теоретичних і методичних знань як у юнаків, так і у дівчат 10-х і 11-х класів оцінюється переважно в 7–9 та 10–12 балів, а у КГ – 4–6 балів.

У процесі формування практичних умінь з курсу “Фізичне здоров’я” під час виконання практичних завдань з традиційних і нетрадиційних видів фізичних вправ підвищився рівень фізичної підготовленості в експериментальних класах (у юнаків – у

спритності, витривалості, швидкості, силі та швидкісно-силових здібностях, у дівчат – у спритності, витривалості, швидкості, силі, гнучкості та швидкісно-силових здібностях при $p < 0,01$) та рівень функціональних можливостей організму (ЖСЛ і життєвого індексу в юнаків і дівчат $p < 0,01$).

Аналіз підсумкового анкетування експериментальних груп 10–11-х класів показав, що запропонована методика вплинула на формування нового ставлення до уроків фізичної культури та власної організації рухової активності. У 73 % учнів сформувалось свідоме ставлення до уроків фізичної культури і фізичного самоудосконалення, 35 % учнів змінили організацію рухової активності.

Таким чином, отримані результати свідчать про ефективність планування спеціального курсу “Фізичне здоров’я” в системі шкільної освіти у старшокласників.

У п’ятому розділі “Аналіз та узагальнення результатів” підводяться підсумки та проводиться аналіз отриманих в дисертаційній роботі даних, у яких показано, що впровадження спеціального курсу “Фізичне здоров’я” в систему шкільної освіти підвищує рівень теоретичної, методичної та практичної підготовки учнів з питань контролю за станом фізичного здоров’я, організації та методики проведення власних самостійних занять традиційними й нетрадиційними фізичними вправами з метою самоудосконалення.

У проведених дослідженнях було визначено пріоритетний рівень знань, найбільш ефективні способи планування теоретико-методичного та практичного матеріалу курсу, взаємозв’язок між рівнями знань та показниками рухової активності, фізичною підготовленістю та функціональними можливостями організму.

Таким чином, під час досліджень отримано такі три групи даних.

Підтверджено, що рівень знань з фізичної культури дітей старшого шкільного віку є низьким (М. Зубаль, 2004; П. Патапука, 1999; О. Чудінова, 2000;); недоцільно планувати вивчення теоретико-методичного матеріалу програми “Основи здоров’я і фізична культура” в системі уроків фізичної культури (Л.К. Зав’ялов, 1982; В.Ф.Новосельський, 1989); для вдосконалення теоретико-методичної підготовки учнів необхідна цілеспрямована організація діяльності учителя та учнів (Л.К.Зав’ялов, 1982; М.В. Зубаль, 2004; В.П., Кінденко, 2000; О. Коломієць, 2002, Н.В. Москаленко, 2002; С.М. Сінгаєвський, А.О. Леоненко, М.В. Зубаль, 2001; І.І.Сулейманов, 1998; К.Ю.Щуров, А.С. Дорошенко, 2005) щодо формування загальних та спеціальних знань з питань фізичного здоров’я на теоретичному, методичному та практичному рівнях та раціональне планування навчального матеріалу в системі міжпредметних зв’язків (О.О. Горбунова, 1992; А.Т. Сухов, 1976) і факультативів.

Доповнено та розширено результати інших досліджень (Д.І. Барановська, В.І.Врублевська, 2004; Л.К. Зав’ялов, 1982; М.В. Зубаль, 2004; В.А. Пономарчук і В.А. Вінник, 1986; А.Г. Сухарев, 1982) інформацією про фактори, які впливають на рівень знань старшокласників, що дає можливість цілеспрямовано організувати

педагогічні заходи для отримання максимальної теоретико-методичної підготовки з фізичної культури.

Уперше:

- в умовах загальноосвітньої школи запропоновано систему формування загальних та спеціальних знань про фізичне здоров'я на теоретичному, методичному та практичному рівнях на основі міжпредметних зв'язків уроків фізичної культури з дисциплінами “Допризовна підготовка юнаків” у юнаків й “Медицина” у дівчат та на факультативних заняттях;
- розроблено програму оцінювання знань з питань фізичного здоров'я за 12-бальною шкалою оцінок та контрольного тестування;
- виконано порівняльний аналіз знань на теоретичному, методичному та практичному рівнях;
- визначено статистичний взаємозв'язок рівня знань з показниками рухової активності, фізичної підготовленості і функціональними можливостями юнаків та дівчат старшого шкільного віку;
- запропоновано методичку поточного, тематичного та підсумкового (заключного) контролю за результатами навчання і системи оцінювання.

ВИСНОВКИ

1. На підставі вивчення та аналізу наукової, навчальної і методичної літератури можна стверджувати, що знання є провідним компонентом змісту освіти з фізичної культури. Відповідно до “Державного стандарту базової і повної середньої освіти” та теоретико-методичного матеріалу з предмета “Основи здоров'я і фізична культура” учням необхідно засвоїти значний обсяг знань з питань фізичного здоров'я, тому виникає потреба в інноваційних підходах до планування та організації викладання теоретичного, методичного й практичного матеріалу з даних питань в системі загальноосвітньої школи.

2. У дисертації зроблено певні теоретичні узагальнення обсягу знань з фізичного здоров'я для старшокласників загальноосвітньої школи і запропоновано новий підхід до обґрунтування технології формування знань про фізичне здоров'я на основі загальних та спеціальних знань на теоретичному, методичному та практичному рівнях. Запропонована технологія дала можливість підвищити рівень знань з фізичної культури старшокласників, визначити залежність між знаннями і рівнем рухової активності, показниками фізичної підготовленості й функціональними можливостями організму учнів шляхом впровадження в навчальний процес спеціального курсу “Фізичне здоров'я”.

3. У результаті дослідження визначено соціально-психологічні та соціально-педагогічні фактори, які впливають на рівень знань старшокласників, а саме: недосконалість теоретико-методичного матеріалу державної програми “Основи здоров'я і фізична культура”, відсутність навчально-методичної літератури з

теоретичного розділу програми, недостатність часу для викладання теоретичного матеріалу, відсутність інтересу та бажання з боку учнів до вивчення теоретичного розділу програми та мотивації до занять фізичною культурою.

4. Результати контрольного тестування свідчать про відсутність знань з питань фізичного здоров'я (серед 10-х класів 100 %, 11-х – 71%), про низький рівень знань з питань рухової активності (66 і 100 % учнів 10-х і 11-х класів). Аналіз результатів свідчить, що старшокласники не дають правильних відповідей стосовно понять фізичних якостей: сили (83,5 % учнів 10-х і 90 % – 11-х класів), швидкості (100 % учнів 10-х і 50% – 11-х класів) та гнучкості (71 % учнів 10-х і 83,5 % – 11-х класів), а також не можуть назвати основне призначення фізкультурно-оздоровчих занять (90 % учнів 10-х і 100 % – 11-х класів) та основи організації і методики самостійних занять фізичними вправами (100 % учнів 10-х класів і 62,5 % – 11-х).

5. В експериментальній методиці з формування знань про фізичне здоров'я у старшокласників за спеціальним курсом "Фізичне здоров'я" визначено обсяг загальних та спеціальних знань; зміст навчального матеріалу за темами: "Фізичне здоров'я, компоненти і критерії оцінки", "Основні фактори, які впливають на рівень фізичного здоров'я", "Основи планування фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами юнаків та дівчат 15–18 років", "Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку"; принципи навчання – актуальності, системності й комплексності, науковості, інтегративності, доступності, регіональності, концентризму й послідовності; компоненти процесу навчання – освітній, цільовий, практично-діяльнісний, стимулюючо-мотиваційний, змістовний та оцінно-результативний; планування курсу на основі факультативних занять, міжпредметних зв'язків уроків фізичної культури з дисциплінами "Допризовна підготовка юнаків" у юнаків і "Медицина" у дівчат та уроків фізичної культури; систему контролю й оцінювання рівня знань за 12-бальною шкалою оцінок за теоретичний, методичний та практичний рівні, за виконання самостійної роботи, участь в інтелектуальних іграх та підсумкове контрольне тестування знань за курсом "Фізичне здоров'я".

6. Педагогічний експеримент дав можливість з'ясувати у старшокласників експериментальної групи рівень теоретичних, методичних і практичних знань та їх взаємозв'язок. А саме: практичний рівень підготовки (\bar{x} від 7,7 до 10,0 балів – у юнаків і від 7,2 до 10,3 балів – у дівчат) учнів 10–11-х класів вищий від теоретичного (\bar{x} від 6,6 до 8,6 балів – у юнаків і від 6,8 до 8,9 балів – у дівчат) і методичного (\bar{x} від 6,3 до 8,5 балів – у юнаків і від 7,4 до 9,8 балів – у дівчат); пріоритетним компонентом знань є методичний рівень, що обумовлено сильною ($r=0,72 - 0,70$) та середньою ($r=0,69 - 0,50$) статистичною залежністю з теоретичним і практичним рівнями.

7. Виявлено статистичний взаємозв'язок знань з руховою активністю та окремими показниками фізичного здоров'я. Результати аналізу взаємозв'язків знань з руховою

активністю у юнаків і дівчат свідчать про середній ($r=0,50$; $r=0,62$ відповідно) статистичний зв'язок на загальногруповому рівні. Залежно від методики планування курсу у юнаків та дівчат ЕГ 1 і ЕГ 2 спостерігається сильний та середній статистичний зв'язки (ЕГ 1 – $r=0,50$; $r=0,72$; ЕГ 2 – $r=0,78$; $r=0,61$ відповідно), у ЕГ 3 – відсутній та слабкий (ЕГ 3 – $r=0,01$; $r=0,35$ відповідно).

Аналіз взаємодій знань з окремими показниками фізичної підготовленості і функціональними можливостями на загальногруповій вибірці має слабкий (у юнаків за контрольним тестом на витривалість, швидкісно-силові здібності та з індексом Руф'є; у дівчат – на швидкість, гнучкість, силу, з індексом Руф'є, життєвим і силовим індексами) та дуже слабкий статистичний взаємозв'язок (у юнаків – на швидкість, гнучкість і спритність; у дівчат – на витривалість, швидкісно-силові здібності, з індексом Робінсона). У внутрішньогруповій вибірці після експерименту кореляційний взаємозв'язок зростає в більшості випадків у третій групі вибірки (юнаки, які мають 9 балів за курс, і дівчата, які мають 10 балів).

8. Результати педагогічного експерименту довели ефективність розробленої нами технології з формування знань про фізичне здоров'я в системі загальноосвітньої школи у старшокласників.

Рівень загальних та спеціальних знань теоретико-методичної підготовки з питань фізичного здоров'я в експериментальних групах значно вищий від контрольних: на 2,9 балів у юнаків і на 2,6 балів – у дівчат 10-х класів; на 1,8 балів – у юнаків і 2,7 – дівчат 11-х класів.

Результати контрольного тестування свідчать, що в експериментальних групах переважальна оцінка за теоретичний і методичний рівень знань як у юнаків, так і у дівчат 10-х та 11-х класів – 7–9 балів. У 10-х та 11-х класах експериментальних груп юнаки виконали тест на 4–6 балів 4,5 і 13,9 % учнів (відповідно), на 7–9 балів – 64,1 і 78,4 % учнів (відповідно), на 10–12 балів – 31,8 і 7,7 % учнів (відповідно). Серед дівчат 10-х та 11-х класів експериментальних груп відповіли на 4–6 балів 14,6 і 18,3 % учнів (відповідно), на 7–9 балів – 47,9 і 48,4 % учнів (відповідно), на 10–12 балів – 37,5 і 33,4 % учнів (відповідно). У контрольних групах переважали оцінки 4–6 балів, оскільки серед юнаків 10-х класів на 4–6 балів виконали контрольний тест 56,1 та 63,2 % учнів 11-х класів, на 7–9 балів – 43,9 і 36,8 % учнів (відповідно), серед дівчат 10-х класів на 4–6 балів виконали даний тест 57,7 та 58,9 % учнів 11-х класів, на 7–9 балів – 33,9 і 41,1 % учнів (відповідно).

9. У результаті підвищення рівня теоретичних знань у учнів експериментальних груп спостерігається перерозподіл мотивів до відвідування уроків фізичної культури: з метою зміцнення здоров'я та підвищення функціональних можливостей організму стало відвідувати уроки фізичної культури на 27 % учнів більше; з метою одержання оцінки з фізичної культури – на 29 % учнів менше.

10. Формування знань про рухову активність дозволило підвищити організацію рухової активності старшокласників експериментальних груп: 48,5 % учнів з

категорії фізично-пасивних перейшли до категорій фізично-активних; 29,2 % учнів з категорії фізкультурно-активних, які дотримувались гігієнічного мінімуму рухової активності – до категорії фізкультурно-активних, які дотримуються фізкультурно-загальнопідготовчого та фізкультурно-спортивного мінімуму рухової активності; 55,5 % – з категорії фізкультурно-активних, які дотримувались фізкультурно-загальнопідготовчого мінімуму – до категорії фізкультурно-активних, які дотримуються фізкультурно-спортивного мінімуму рухової активності.

11. Авторська програма, яка включала додаткові практичні заняття та виконання самостійної роботи, за темою “Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку”, в експериментальних групах сприяла підвищенню рівня фізичної підготовленості в контрольних тестах на швидкість, витривалість, силу, спритність і швидко-силові здібності (у юнаків і дівчат при $p < 0,01$) та гнучкість (у дівчат при $p < 0,01$); функціональних можливостей дихальної системи у показниках ЖЄЛ і ЖІ у юнаків та дівчат ($p < 0,01$); фізичної працездатності у дівчат 10-го класу і юнаків 11-го класу ($p < 0,01$).

Подальше перспективне дослідження проблем, пов'язаних з формуванням загальних та спеціальних знань з фізичної культури, може вміщувати філософський, педагогічний, психологічний і медичний напрямки та розглядатися в більш широкому аспекті. А саме – поєднувати в собі не тільки фізичне здоров'я, але й питання соціального, духовного та психологічного здоров'я на основі індивідуального підходу.

Список робіт, які опубліковані за темою дисертації

1. Долбишева Н.Г. Фізичне здоров'я, компоненти і критерії оцінки // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2001. – Вип. 5. – Том 2. – С. 21–24.
2. Долбишева Н.Г. Факторы, влияющие на показатели физического здоровья детей старшего школьного возраста // Фізична культура, спорт та здоров'я: Матеріали III міжнародної наукової конференції студентів та аспірантів. – Харків, 2002. – С. 121.
3. Долбишева Н.Г. Рівень рухової активності як фактор фізичного здоров'я дітей старшого шкільного віку // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2003. – Вип. 7. – Том 2. – С. 118–120.
4. Долбишева Н.Г. Нетрадиційні види фізичних вправ в системі уроків фізичної культури дівчат старшого шкільного віку // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків–Львів, 2003. – № 17. – С. 24–28.
5. Долбишева Н.Г. Рівень фізичного здоров'я дівчат старшого шкільного віку на початку навчального року // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів, 2002. – Вип. 6. – Том 1. – С. 222–225.

6. Долбишева Н.Г. Фізичний розвиток юнаків старшого шкільного віку на початку навчального року // Збірник наукових праць Волинського державного університету імені Лесі Українки. – Луцьк, 2002. – Том 1. – С. 189–193.

7. Долбишева Н.Г. Основні положення спеціального курсу “Фізичне здоров’я” в системі освіти у старшокласників // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2005. – № 17. – С. 10–18.

8. Шамардіна Г.Н., Долбишева Н.Г. Основи формування загальних та спеціальних знань фізичного здоров’я у старшокласників // Олімпійський спорт і спорт для всіх: Збірник тез доповідей ІХ Міжнародної наукової конференції, 2005. – С. 633. Особистий внесок здобувача полягає в проведенні дослідження та обробці отриманих даних стосовно рівня знань про фізичне здоров’я старшокласників і перерозподілу мотивів до уроків фізичної культури та організації рухової активності.

9. Долбишева Н.Г. Основні фактори, які впливають на стан фізичного здоров’я юнаків та дівчат 15–17 років // Спортивний вісник Придніпров’я: Науково-теоретичний журнал. – Дніпропетровськ, 2001. – С. 79–81.

10. Шамардіна Г.Н., Долбишева Н.Г. Физическое здоровье в системе физического образования // Сучасні досягнення валеології та спортивної медицини: Збірник наукових праць VII Міжнародної науково-практичної конференції. – Одеса, 2001. – С. 144–145. Здобувачем особисто проаналізовано науково-методичну літературу з питань фізичної освіти, місця і значення фізичного здоров’я в системі шкільної освіти дітей старшого шкільного віку.

11. Галагуза О., Долбишева Н. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров’я в системі шкільної освіти в старшокласників // Фізична культура, спорт та здоров’я нації: Збірник наукових праць IV Міжнародної науково-практичної конференції. – К.–Вінниця, 2001. – С. 358–359. Особистий внесок дисертанта полягає в розробці концепції формування знань з фізичного здоров’я, написання напрямку наукового дослідження та проведення педагогічного експерименту на базі СШ № 36 м. Дніпродзержинська.

12. Шамардіна Г.Н., Долбишева Н.Г. Теоретико-практический материал курса “Физическое здоровье” в системе старшей школы // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: Материалы конференции VII Международного научного конгресса. – М., 2003. – Том 3. – С. 54–56. Здобувачем проведено аналіз та обробку результатів анкетування старшокласників експериментальних класів.

13. Шамардіна Г.Н., Долбишева Н.Г. Основи знань про фізичне здоров’я в системі школи // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Збірник наукових праць. – Рівне: Принт Пауз, 2001. – Вип. 2. – С. 192–193. Особистий внесок здобувача полягає в розробці напрямку з формування знань про фізичне здоров’я в системі шкільної освіти у старшокласників.

14. Долбишева Н., Решетілова В. Соціальне значення здоров’я і фізичної культури в житті учнів старшого шкільного віку // Наукові записки. Серія: педагогіка. – Тернопіль, 2000. – № 7. – С. 88–90. Здобувачем проведено аналіз та обробку результатів анкетування серед учнів старшого шкільного віку та обробку отриманих даних.

БІБЛІОТЕКА
ІНСТИТУТУ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ

АНОТАЦІЇ

Долбишева Ніна Григорівна. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання у старшокласників. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2006.

Дисертаційна робота присвячена формуванню загальних та спеціальних знань про фізичне здоров'я на теоретичному, методичному й практичному рівнях. Основною проблемою, яка постає перед дослідниками, є пошук підходів до формування знань в системі шкільної освіти з урахуванням інтересів та вікових особливостей дітей старшого шкільного віку для вирішення пізнавальних та виховних завдань державної програми “Основи здоров'я і фізична культура” і досягнення “Державного стандарту базової і повної освіти” галузі “Здоров'я і фізична культура”.

У дисертації доповнено та розширено результати досліджень щодо факторів, які впливають на рівень знань. Визначено рівень теоретичної підготовки старшокласників з фізичної культури, взаємозв'язок рівня знань з руховою активністю, фізичною підготовленістю й функціональними можливостями організму.

Уперше пропонується система формування знань про фізичне здоров'я на теоретичному, методичному й практичному рівнях в системі факультативних занять, на основі міжпредметних зв'язків уроків фізичної культури з дисциплінами “Допризовна підготовка юнаків” у юнаків і “Медицина” у дівчат, використовуючи спеціальний курс “Фізичне здоров'я”.

Цей курс дав можливість сформулювати загальні та спеціальні знання на теоретичному, методичному й практичному рівнях з питань контролю за фізичним здоров'ям і власної організації рухової активності та методики проведення самостійних занять традиційними і нетрадиційними видами фізичних вправ; визначити пріоритетні рівні знань, найбільш ефективний спосіб планування та упорядкувати систему поточного, тематичного та підсумкового контролю.

Ключові слова: теоретичний рівень знань, методичний рівень знань, практичний рівень знань, фізичне здоров'я, діти старшого шкільного віку, факультативні заняття, міжпредметні зв'язки, урок фізичної культури.

Долбышева Ннна Григорьевна. Теоретико-методические основы формирования знаний о физическом здоровье в системе физического воспитания у старшеклассников. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2006.

Диссертационная работа посвящена формированию общих и специальных знаний о физическом здоровье на теоретическом, методическом и практическом уровнях. Основной проблемой, которая стоит перед исследователями, является поиск новых подходов по формированию знаний в системе физического воспитания с учетом интересов и возрастных особенностей детей старшего школьного возраста для решения познавательных и воспитательных задач государственной программы «Основы здоровья и физическая культура» и достижения «Государственного стандарта базового и полного образования» в сфере «Здоровье и физическая культура».

В диссертации впервые предлагается система формирования знаний о физическом здоровье на основе факультативных занятий, межпредметных взаимосвязей уроков физической культуры с дисциплинами «Допризывная подготовка юношей» и «Медицина» и в системе уроков физической культуры с использованием специального курса «Физическое здоровье». Предложенный курс включает четыре основные темы: «Физическое здоровье, компоненты и критерии оценки», «Основные факторы, влияющие на уровень физического здоровья», «Основы планирования нагрузки в процессе занятий физическими упражнениями для юношей и девушек 15–18 лет», «Особенности организации самостоятельных занятий физической культурой детей старшего школьного возраста».

Предложенный курс строился на основе принципов актуальности, системности и комплексности, научности, интегративности, региональности, доступности, концентризма и последовательности. Основными компонентами процесса обучения данного курса являлись: образовательный, целевой, практически-деятельностный, стимулирующе-мотивационный, содержательный, оценочно-результативный. Данные компоненты позволяют достичь определенного теоретического, методического и практического уровня знаний по вопросам физического здоровья.

В диссертации дополнены и расширены факторы, которые влияют на уровень знаний. Предварительные исследования позволили выявить уровень теоретической подготовки старшеклассников в области физической культуры, и на общегрупповом уровне – взаимосвязь знаний с двигательной активностью и отдельными показателями физического здоровья.

В результате педагогического эксперимента впервые оценены знания на теоретическом, методическом и практическом уровнях, определена их взаимосвязь. Установлено, что приоритетным уровнем знаний является методический, поскольку он в большинстве случаев имеет сильную и среднюю статистическую взаимосвязь с теоретическим и практическим. Корреляционный анализ на внутригрупповом уровне позволил определить влияние знаний на двигательную активность старшеклассников.

От организации и методики планирования учебного материала зависит организация двигательной активности, теоретическая, методическая и практическая подготовка учащихся, а так же соотношение зависимости между показателями двигательной активности и уровнем знаний.

Унифицированы подходы к организации и планированию теоретического материала в системе межпредметных связей и факультативных занятий. Предложена методика текущего, тематического и заключительного контроля, путем оценивания теоретического, методического и практического уровней знаний, с проведением интеллектуальных игр и контрольного тестирования.

Подтверждено, что для совершенствования теоретико-методической подготовки школьников необходима целенаправленная организация деятельности учителя и учащихся.

Авторская программа позволила сформировать у старшеклассников систему общих и специальных знаний по вопросам контроля за физическим здоровьем, практические умения по организации и методике проведения физкультурных занятий с традиционными и нетрадиционными видами физических упражнений, а также пересмотреть отношение к уроку физической культуры и организации двигательной активности.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют об эффективности разработанной нами методики по формированию знаний о физическом здоровье при помощи планирования у старшеклассников специального курса "Физическое здоровье".

Ключевые слова: теоретический уровень знаний, методический уровень знаний, практический уровень знаний, физическое здоровье, дети старшего школьного возраста, факультативные занятия, межпредметные связи, урок физической культуры.

Dolbysheva N.G. Theoretical and Methodical Basis of Knowledge Formation about Health in System of Physical Education of senior Age Pupils. – Manuscript.

This is on a dissertation Candidate degree in physical education and sport. Specialty: 24.00.02 – Physical culture, physical education of different groups of the population. – National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kiev, 2006.

The thesis is devoted to formation of general and special knowledge about physical health. The main problems is the researchers are facing is the seeking of approaches for knowledge formation in the sphere of physical culture in the system of school education, taking into account the interests and age peculiarities of senior age school children for the decision of cognitive and educational tasks of state program "Health Basis and Physical Culture", and the achievement of State standard of base and complete education field "Health and Physical Culture".

Achievement results concerning factors influencing the knowledge level are added and broadened in thesis. She theoretical level of senior age school children conditioning in the field of physical culture interconnection knowledge level with the motor activity, physical conditioning and functional body abilities have been defined.

In the thesis for the time the system of knowledge formation about physical health in the system of physical culture lessons and on the intersubjects base using the system course "Physical Health" and special test is suggested. Suggested course includes four main topics:

“physical health, Components and value criteria”, “Basic factors influences the physical health level”, “The planning basis of physical loading when 15-18 age girls and boys train physical exercises”, “The organization peculiarities of independent physical culture lessons of senior age school children.

The course has given the opportunity to form the social knowledge system on the questions of physical health control, practical skills in organization and methods of physical culture lessons using traditional and nontraditional physical culture exercises.

Key words: theoretical knowledge, methodical knowledge, practical knowledge, physical health, senior age children, optional course, intersubjects base, physical culture lessons.