

ДО ПИТАННЯ ПРО ТЕХНОЛОГІЮ РІЧНОГО ПЛАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ ПРИ КОМПЛЕКСНОМУ ВИРІШЕННІ ЗАВДАНЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

ЛЕОНІД МОСІЙЧУК

Тернопільський державний педагогічний університет

Тревожна статистика про стан здоров'я підростаючого покоління, рівень його фізичної підготовленості, готовності до служби у війську, дає підставу стверджувати, що сьогодні в школі система фізичного виховання функціонує недостатньо.

Зараз, коли перед школою стоїть завдання інтенсифікації навчально-виховного процесу, без серйозного, глибокого осмислення помилок і причин відставання, без аналізу передового досвіду, неможливо радикально змінити ситуацію в фізичному вихованні, покращити рівень фізичної підготовленості та фізкультурної освіти дітей і підлітків.

Рамки даного повідомлення не дозволяють навіть у конспективній формі торкнутись всіх об'єктивних і суб'єктивних причин, що породили негативні тенденції в фізичному вихованні школярів. Тому ми торкнемося лише змістовної сторони цього складного і багатостороннього процесу, а точніше – технології річного планування навчального матеріалу при комплексному вирішенні завдань фізичного виховання школярів, вважаючи її однією з найголовніших першопричин такого становища.

Слід відзначити, що це питання у найбільшій мірі стосується освітнього етапу (середні класи), де вирішення завдань фізичного виховання повинно носити яскраво виражений комплексний характер (Б.М.Шиян, 1993).

Нажаль, у практиці річне планування дискредитоване, носить суто формальний характер. Цей складний процес часто підмінюється випадковим набором фізичних вправ, що призводить до порушення цілісності процесу фізичного виховання, його загальних і методичних принципів.

Суть названого явища криється, перш за все, у труднощах добору матеріалу, організації його взаємодії у макро- і, відповідно, у мезо- і мікроциклах навчально-виховного процесу, що зумовлено не достатньо повним і конкретним розкриттям цього питання у науково-методичній літературі, його слабкою науково-теоретичною базою.

Тому постає потреба у глибокому теоретичному обґрунтуванні та розробці технології планування навчального матеріалу, яка б сприяла комплексному вирішенню освітніх і оздоровчих завдань фізичного виховання. Ми поставили собі за мету створити і дослідити певну інтегруючу основу, яка б давала відповіді на питання "що? і коли?" та об'єднувала в єдине ціле різноманітні сторони навчально-виховного процесу, що дають відповідь і на питання "як?". Лише за таких умов процес фізичного виховання може прийняти цілісну, довершену форму, що піднесло б його на якісно новий рівень функціонування.

Оскільки основою змісту навчального процесу є фізичні вправи (основний засіб фізичного виховання), то звернення до їхньої суті, як ми вважаємо, допоможе визначити принципи їхнього добору і взаємоузгодженості при плануванні роботи в школі.

Із теорії і методики фізичного виховання та спорту відомо, що ефективність фізичних вправ залежить як від змісту, так і від форми. Зміст і форма фізичної вправи – це дві нерозривні сторони рухової дії. Поряд з тим між ними існують діалектичні суперечності: хоча зміст і відіграє провідну роль щодо форми, недосконала форма не дозволяє проявити потенційні можливості змісту (М.М.Линець, 1997).

Проте, у практиці фізичного виховання, особливо в масових формах фізичної культури, як вважають деякі фахівці (В.А.Романенко, 1999), структурі вправ (формі) надають надто великого значення. На справді, фізичні вправи, не залежно від їх біомеханічної структури, є лише засобом і практично будь-яка з них, в залежності від фізіологічного режиму, може бути використана з більшим чи меншим ефектом для розвитку певної фізичної якості (змісту). Головне не вправи, а режими їх використання.

Такий однобічний підхід до фізичного виховання школярів справедливий, як на нашу думку, лише щодо вирішення оздоровчих завдань фізичного виховання, і призводить до підміни цього складного і багатогранного процесу процесом вузької фізичної підготовки. Проте, не слід і недооцінювати таку позицію та забувати про те, що необхідною умовою ефективного планування розвитку фізичних якостей є комплексність впливу. Принцип комплексності вимагає дотримання трьох вимог: 1) спеціального безперервного впливу на всі головні фізичні якості (необхідність такого впливу диктується тим, що тривалі перерви в цілеспрямованому розвитку фізичних якостей, як показує досвід, призводять до зниження їхнього попередньо досягнутого рівня (Г.Б.Мейксон, Ю.А.Копилов, 1989); 2) всебічного впливу на якості у повному обсягу (цілеспрямований розвиток усіх фізичних здібностей, що обумовлюють ту чи іншу фізичну якість) (А.П.Матвієв, 1991); 3) гармонійного впливу на всі головні м'язові групи.

Наявний у практиці підхід до планування навчального матеріалу, як показує аналіз значної кількості літературних джерел, передбачає випереджаючий, щодо засвоєння вправ, розвиток певних рухових здібностей. Але такий вплив на якості порушує принцип комплексності. Виникає необхідність пошуку альтернативного варіанту цьому підходу.

З іншого боку, як уже зазначалось, фізичні якості (зміст) завжди проявляються через певний вид рухової діяльності, опосередковуються через техніку рухових дій (форму). Тільки процес засвоєння, удосконалення та повторення техніки рухових дій дає можливість розвивати та поглиблювати фізичні якості (оздоровчі завдання). (І.М.Онищенко, 1975). Тому, щоб фізичне виховання не трансформувалось у фізичну підготовку, потрібно забезпечити вирішення оздоровчих завдань в процесі реалізації освітніх (формування широкого кола умінь і навичок, об'єднаних системними зв'язками).

Таким чином можна стверджувати, що чим краще освоєна і удосконалена техніка рухових дій, тим більше можливість для розвитку і підплення фізичних якостей. А, чим вищий рівень розвитку фізичних якостей, тим більш сприятливі умови для освоєння нових рухових дій, та підвищення результативності уже засвоєних.

Отже, планування навчального матеріалу повинно зводитись до приведення усього практичного його змісту для кожного класу до такої системи, яка б могла забезпечити:

І. Постійне підвищення функціональних можливостей організму, вдосконалення його морфофункціональних структур і на їх основі безперервний розвиток усіх фізичних здібностей (не плутати з фізичними якостями) у процесі засвоєння і удосконалення нових вправ, та повторення раніше засвоєних.

Проте, оволодіння (удосконалення, повторення) рухових навичок та бажаний адаптаційний ефект передбачає формування конкретних функціональних систем (П.К.Анохін, 1975), а значить – удосконалення обмеженої кількості фізичних здібностей. Таким чином виникає конфлікт між комплексним розвитком фізичних якостей та вибірковістю впливу.

Уникнути цього конфлікту дозволить, як ми вважаємо, явище “позитивного переносу” фізичних здібностей, яке передбачає таку взаємодію між ними, при якій розвиток однієї чи кількох здібностей призводить до підвищення рівня інших. Причому, ефект переносу тим вищий, чим більша кількість фізіологічних механізмів, що обумовлюють дані здібності, співпадає (А.П.Матвієв, 1991; М.М.Линець, 1997; В.А.Романенко, 1999).

Проведене нами теоретичне дослідження виявило, що уся сукупність анатомо-фізіологічних механізмів всіх фізичних здібностей може удосконалюватись певними комбінаціями із мінімальної кількості фізичних здібностей. Таким чином, розвиваючи їх певну мінімальну кількість вправами, які на даний час розучуються (удосконалюються, повторюються), ми одночасно будемо впливати на фізіологічні механізми усіх інших здібностей, створюючи змістову основу для форми (функціональних систем) будь-яких вправ, що будуть засвоюватися (удосконалюватись, повторюватись) в майбутньому.

За таких умов міняється структура випереджаючого розвитку фізичних здібностей.

II. Підвищення результативності освоєння, удосконалення та повторення тих же вправ, про які йшла мова у попередньому пункті, що вимагає, крім змістової основи, створення умов для “позитивного переносу” структури рухових дій, що були сформовані на ті, що формуються, і “переносу” останніх на наступні навички, які будуть формуватись. “Позитивний перенос” навичок – це така їх взаємодія, при якій раніше сформована навичка полегшує формування наступної навички. Ймовірність позитивного переносу тим більша, чим значніша схожість змістовної основи і головних ланок рухових дій. Разом з тим, необхідно звести до мінімуму негативні взаємодії між формою вправ, які освоюються та повторюються одночасно на окремому занятті (Б.М.Шиян, 1993; В.Г.Папуша, 1997).

III. Періодичне повторення раніше освоєного матеріалу (Б.М.Шиян, 1993).

Для унаочнення ми цю систему зобразили у вигляді схеми (рис. 1). Як показано на рисунку 1, ефективність засвоєння вправ (форми) залежить від змістової основи та рухового досвіду (рухова пам'ять). В свою чергу, засвоєння рухових дій позитивно позначається на удосконаленні змісту (усіх фізичних здібностей) та збагаченні рухового досвіду. Потрібно підкреслити, “перенос” здібностей і “перенос” навичок - поняття не тотожні, - адже одні вправи можуть мати спільні фізіологічні механізми, але різну біомеханічну структуру, та навпаки. (М.М. Линець, 1997). Тому, уся проблема зводиться до раціонального взаємоузгодження цих двох діалектично поєднаних процесів. При цьому, узгодити їх потрібно із врахуванням фізіологічних законів та методичних принципів фізичного виховання (послідовність вправ в одному занятті; частота, періодичність занять тощо) (В.Н.Платонов, 1997).

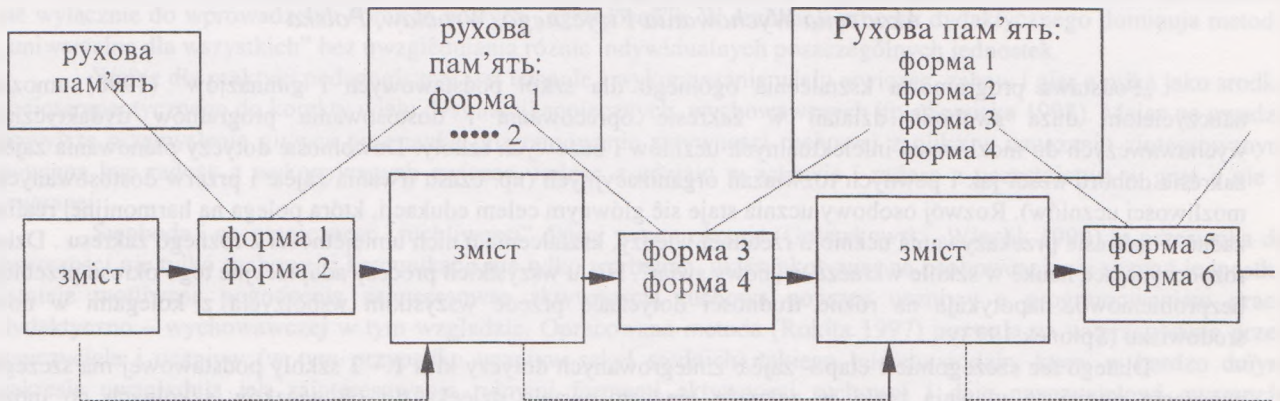


Рис. 1. Схема взаємозв'язку змісту і форми фізичних вправ при комплексному вирішенні завдань фізичного виховання

Примітка:

- - діалектична взаємодія змісту і форми;
- - “позитивний перенос” змісту фізичних вправ (удосконалюються фізіологічні механізми усіх фізичних здібностей);
- - “позитивний перенос” форми фізичних вправ.

Отже, підсумовуючи викладене вище, можемо зробити висновок про те, що навчальний матеріал при річному плануванні потрібно добирати таким чином, щоб при його проходженні забезпечувалось швидке і ефективне формування рухових навичок та рухових умінь вищого порядку і, водночас, комплексно розвивались усі фізичні якості. Досягти цього можна шляхом забезпечення і раціонального узгодження таких процесів як “позитивний перенос” фізичних здібностей (змісту вправ) та “позитивний перенос” рухових навичок (форми вправ).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штабар, 1997. – 207с.
2. Онищенко І.М. Психологія фізичного виховання і спорту. К.: “Вища школа”, 1975, - 192с.
3. Матвієв А.П., Мельников С.Б. Методика фізичного виховання з основами теорії: Навч. посібник для студентів пед. ін-тів і пед. уч-щ. - К.: Просвіта, 1991. – 191с.
4. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів (Практикум). – Львів: Світ, 1993. – 184с.

TECHNOLOGY OF ANNUAL PLANNING OF DECIDING EDUCATIONAL MATERIAL AT COMPLEX OF TASKS OF PHYSICAL EDUCATION

LEONID MOSIYCHUK

Ternopil state pedagogical university

An insoluble statistics about pupils' health shows a low efficiency of physical education. One of the main reasons of this situation is an imperfect methods of annual planning of educational material. It is caused by weak theoretical base. The reference to the main point of physical exercise will help to determine principles of their selection and **inutual** coordination. Taking into account the dialectic interrelation of the contents and form of physical exercises, conditions of their positive interactions, it is necessary to ensure a complex development of all physical qualities by effective **mastering** of engineering of **impellent** actions.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ З М'ЯЧЕМ У ПРОГРАМУВАННІ ІНТЕГРОВАНОГО НАВЧАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ AKTYWNOSZ RUCHOWA Z PIJKI W PROGRAMOWANIU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W NAUCZANIU ZINTEGROWANYM

ТАДЕУШ ЖЕПА, АНЖЕЙ РОКИТА
TADEUSZ RZEPA, ANDRZEJ ROKITA

*Вроцлавська Академія фізичного виховання, Польща
Akademia Wychowania Fizycznego, Wroclaw, Polska*

„Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla szkół podstawowych i gimnazjów” (1998) umożliwia nauczycielom dużą swobodę działań w zakresie opracowania i dostosowania programów dydaktyczno – wychowawczych do możliwości intelektualnych uczniów i bazowych szkoły. Dowolność dotyczy planowania zajęć w zakresie doboru treści jak i pewnych rozwiązań organizacyjnych (np. czasu trwania zajęć i przerw dostosowanych do możliwości uczniów). Rozwój osobowy ucznia staje się głównym celem edukacji, która polega na harmonijnej realizacji zadań w zakresie przekazywania uczniom rzetelnej wiedzy, kształcenia u nich umiejętności z różnego zakresu. Dziecko rozpoczynające naukę w szkole wkracza w „nowy świat”. Nie u wszystkich procesy adaptacyjne tego okresu przebiegają bezproblemowo, napotykają na różne trudności dotyczące przede wszystkim współzycia z kolegami w nowym środowisku (Spionek 1973).

Dlatego też szczególnie I etap – zajęcia zintegrowanych dotyczy klas 1 – 3 szkoły podstawowej ma szczególne znaczenie ponieważ ujawnia braki w zakresie niedostosowania dziecka do obowiązków szkolnych co może w przyszłości zaowocować rozległymi niepowodzeniami szkolnymi dydaktyczno – wychowawczymi (Jastrzab 1990).

Wydaje się, że wychowanie fizyczne a w szczególności aktywność ruchowa z piłką jako atrakcyjny środek może być wykorzystywany w procesach integracyjnych uczniów, a sam udział w zabawach czy grach z piłką potwierdzone obecnością, zaspakają potrzebę przynależności do grupy (Siek 1984). Ponadto zabawy i gry z piłką odbywają się w atmosferze pozytywnych emocji i dużej aktywności umysłowej, gdy nie ma „przymusu” zwycięstwa. A zatem ćwiczenia, zabawy i gry z piłką w szkolnym wychowaniu fizycznym powinny być jedynie środkiem a nie celem, przy pomocy którego można wspomagać rozwój osobowości uczniów i rozwijać cechy prospołeczne.

Wartości autoteliczne ćwiczeń, zabaw i gier z piłką (wartość hedonistyczna, empatyczna, asertywna, poczucie własnej wartości, kształtowanie umiejętności decyzyjnych, oddziaływanie na rozwój biologiczny i radzenie sobie z sytuacjami stresowymi – „pomoc samemu sobie”) stanowią podstawę programowania treści i metod dla wychowania fizycznego jako przedmiotu szkolnego (Rzepa 1999).

Nowoczesne ujęcie procesu dydaktyczno – wychowawczego wymaga upodmiotowienia ucznia, zerwania z tradycyjnym modelem, w którym nabywanie „nieograniczonej wiedzy” przez ucznia było dominujące bez względu na to czy jest to wiedza przydatna do życia czy nie. Dominująca postawa nauczyciela, podział ról na mistrza i słuchacza, wywoływanie sytuacji lękowej, motywacji zewnętrznej, stresującej mobilizacji do nauki, tępienia niezależnego myślenia (Hemer 1994) wtłaczało uczniów w podporządkowujący lub wycofujący styl funkcjonowania w grupie, (style bierne) (Węglowska – Rzepa 1993) uwarunkowania te nie pozwalały uczniom działać twórczo, aktywnie, rozwijać u nich mocnych stron, wywoływać zainteresowania.

W obszarze dydaktycznym realizacja wymagań programowych bez względu na możliwości ucznia, stosowanie ulubionej metody nauczania, chęć osiągnięcia jak najlepszego wyniku sportowego powodowało selekcyjny charakter wychowania fizycznego w czasie, którego część uczniów dowiadywało się od nauczycieli o swojej słabej sprawności