

УДК 796.011.1:37.064.1-057.87

СТАВЛЕННЯ УЧНІВ ПЕРШИХ КЛАСІВ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Олена БОДНАРЧУК

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. У статті висвітлено ставлення дітей молодшого шкільного віку до навчання у школі, фізичної культури та інших навчальних предметів. Підтверджено, що активна взаємодія школи і сім'ї у фізичному вихованні першокласників сприяє формуванню здорового способу життя, збереженню й зміцненню здоров'я, підвищенню фізичної та розумової працездатності.

Ключові слова: здоров'я, рухова активність, фізичне виховання, першокласники, сім'я.

Постановка проблеми. Питання здоров'я й гармонійного розвитку дітей завжди хвилювало і хвилює науковців не тільки в Україні, але і за кордоном. Однією із проблем сучасної школи є формування та підтримання позитивного, свідомого ставлення школярів до свого здоров'я, активної і творчої діяльності, здобуття знань, умінь і навичок. Сприяти формуванню в дітей потреби в самостійних заняттях, розширенню кола знань, умінь та навичок галузі фізичної культури, організувати раціональний режим дня, який передбачав би самостійні заняття з фізичного виховання, що давали би дітям задоволення, повинні батьки.

Робота виконана відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка у галузі фізичної культури і спорту на 2006 – 2010 рр. за темою 3.1.1 «Теоретико-методичні та програмно-нормативні основи фізичного виховання учнів і студентів», номер державної реєстрації 0107U000771.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Різні аспекти ставлення дітей молодшого шкільного віку вивчали багато учених галузей педагогіки, психології та фізичного виховання. Методологічні основи фізичного виховання розглядаються у роботах А. Дубогай (1989), Т. Круцевич (2003), О. Худолія (2007), Б. Шияна (2002). Розвиткові фізичних та психологічних якостей присвячені дослідження Е. Вільчковського (1998), Л. Ковальчук (2004), Н. Москаленко (2007), К. Огністої (2003). Застосування різних форм фізичного виховання висвітлено у працях О. Власюк (2006), Є. Приступи (1997), А. Цюся (1994). Проблемі співпраці школи і сім'ї у фізичному вихованні учнів було присвячено роботи Р. Гаджієва (2007), М. Данилевич (1999), М. Корнієнко (2001), Л. Юр'євої (2001).

Мета дослідження: виявити ставлення учнів перших класів до навчання, фізичного виховання і здоров'я.

Завдання дослідження:

1. Встановити улюблені види рухової активності дітей на уроці фізичної культури і в позанавчальний час рівень, забезпеченості спортивним інвентарем.

2. З'ясувати, наскільки зайняті діти у спортивних секціях та гуртках і якими видами бажають займатися.

3. Висвітлити улюблені спільні види рухової активності дітей і батьків.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення наукових джерел, соціологічний метод (інтерв'ювання), методи математичної статистики.

Організація дослідження. У другому семестрі навчального року методом інтерв'ювання проводилось опитування 119 учнів чотирьох перших класів ЗОШ № 9 та ЗОШ № 13 м. Львова. Для цього ми розробили анкету, яка містила 15 питань із варіантами відповідей.

Результати дослідження та їхнє обговорення. Серед опитаних нами дітей більшість (64,7 %) мають братиків або сестричок. Лише кожна третя сім'я (35,3 %) виховує одну дитину.

Діти піднесено емоційно сприймають навчання в першому класі: у школі ще не вимагають чогось неможливого, дітей підтримують, немає пресингу. Тому в першокласників зберігається позитивне ставлення до навчального процесу (87,4 %). Дітям імпонує відкривати для себе щось нове, у них є довіра до вчителя. Очевидно, що вчителя вони сприймають як маму і

до 8-10 років просто люблять його. Лише невеликій кількості дітей не дуже подобається (10,9 %) і категорично не подобається (1,7 %) навчатися. Відбувається це, мабуть, тому, що не кожній дитині внаслідок індивідуальних фізичних і психічних особливостей вдається пристосуватися до навчання, стосунків у колективі. Більшості дітей від природи хочеться більше рухатися, а в школі присутнє обмеження рухової активності, оскільки вони вимушені тривалий час сидіти за партою. Частина дітей втомлюється від постійного і тривалого спілкування в колективі. Іншим дітям не подобається, що треба щодня ходити в школу. В окремих дітей ще не виробився новий режим дня (біологічні ритми ще не працюють у новому режимі, треба скоріше вставати, ніж дитина звикла). Можливо до цієї категорії дітей потрапили діти, які не підготовлені психологічно до шкільного навчання. Тому важливо батькам допомогти, створити належні умови, приділити дитині більше уваги, підтримувати постійний контакт із дитиною, пильнувати, дбати про її психологічний і фізичний стан, щоб не втратити бажання дитини вчитися, збагачуватися досвідом, розвиватися всебічно й гармонійно.

Фізичне виховання як педагогічний процес, спрямований на збереження та зміцнення здоров'я, формування рухових умінь та навичок, є цікавим для більшості учнів перших класів. Урок фізичної культури подобається переважній більшості дітей (86,6 %). Наші результати підтверджуються даними Н. Москаленко [4], Т. Олімпієвої [5]. Згідно з їхніми даними, позитивно ставляться до уроків фізичної культури 97,3 % і 93 % учнів.

Віддаючи перевагу тому чи іншому виду діяльності, молодшим школярам найбільше подобається бігати, стрибати, грати в ігри, кидати м'яч, виконувати різні вправи. Наші дослідження відповідають даним літератури, що свідчить про їх об'єктивність. Так, за даними науковців, найпопулярнішим засобом фізичного виховання в дітей цього віку є гра, на другому місці – біг, на третьому – стрибки, метання [2]. Програма з фізичної культури для учнів перших класів, окрім перерахованих, пропонує такі види рухів: різновиди ходьби, вправи на рівновагу, лазіння та перелізання, танцювальні вправи. Батькам і вчителям важливо формувати цікавість дітей до цих видів рухової активності, оскільки від арсеналу рухів, якими володіє дитина, залежить обсяг рухової активності в майбутньому.

Не дуже подобається урок фізичної культури невеликій кількості дітей (8,4 %). Більшість із них не можуть пояснити причини, що притаманно для цього віку. Проте декому не подобається переодягатися, окремі діти пов'язують уроки фізичної культури з неприємними відчуттями (запаморочення, біль у боці) і надмірним для себе фізичним навантаженням (треба багато бігати, рухатися). Не подобається урок фізичної культури 5,0% учнів, що збігається з даними Т. Олімпієвої (7,0 %). Аргументи дітей «мама не дозволяє», «важкі вправи», «тяжко стрибати», «хочеться відпочивати» свідчать про те, що навантаження на уроках фізичної культури не завжди відповідають рівню функціональних можливостей та рівню підготовленості дітей. Результати наших досліджень підтверджують раніше проведене опитування батьків про те, що не всі батьки переконані в користі фізичних навантажень (6,5 %).

Безумовно, що урок фізичної культури є найулюбленішим навчальним предметом у першокласників. З-поміж інших уроків дітям цього віку дуже подобається математика (52,9 %). Урок математики проходить цікаво, жваво, дітям подобається уявляти, рахувати. (рис. 1).

У дітей ще недостатньо розвинуті м'язи кисті рук, тому їм важко багато писати. Мабуть, тому письмо (28,6 %) суттєво відстає від математики в рейтингу улюблених предметів. Малювання (26,05 %), читання (19,3 %) і музика (8,4 %) посідають такі місця в рейтингу.

Три уроки фізичної культури на тиждень не достатньо для задоволення тижневої потреби дітей у фізичній активності. Також участь дітей у роботі спортивних секцій є свідченням їх ставлення до фізичного виховання. Тому наступне наше запитання мало на меті виявити кількість дітей, які регулярно займаються в спортивних секціях або танцювальних гуртках, тобто займаються додатково, крім уроків фізичної культури. Як бачимо, невелика кількість дітей (35,9 %) займається руховою активністю поза школою, знаючи при цьому про користь фізичних навантажень. Отримані дані об'єктивні, оскільки відповідають даним, які встановили інші фахівці (Н. Москаленко 18,1 %, А. Віндюк 23,1 %), що підтверджує їх об'єктивність [4, 2].

Заняття фізичною культурою і спортом мають стати повсякденною життєвою потребою дитини. Якщо звичку займатися виховувати в дитячі роки, вона стане міцним фундаментом для подальших дій молодшої людини, спрямованих на збереження високої працездатності, зміцнення сил і здоров'я.

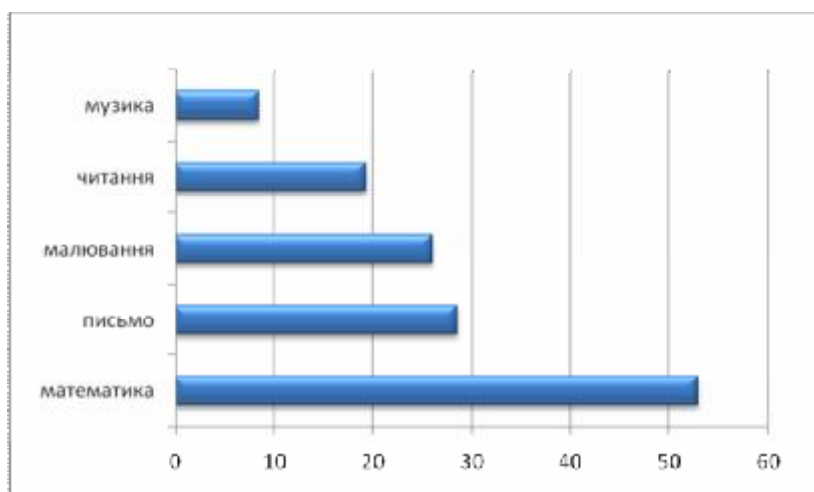


Рис. 1. Рейтинг улюблених навчальних предметів, %

Опитування дітей, яке ми проводили, засвідчили, що дехто з дітей почав займатися ще до початку навчання у школі, що є позитивним. Більшість із опитаних займаються хореографічними видами рухової активності: танцями (20,2 %), спортивною, художньою, коригувальною гімнастикою та балетом (7,6 %), карате (5,0 %). Секції з плавання відвідують 1,7 % опитаних учнів перших класів. Чим раніше дитина починає займатися цілеспрямованою руховою діяльністю, тим краще вона розвивається всебічно, тим легше проходить адаптацію до навчання у школі. Важливо вже з 3-4 років залучати дитину до регулярних занять, пов'язаних з руховою діяльністю. З педагогічно правильним керівництвом з боку батьків і допомогою вчителів необхідно підтримувати й розвивати бажання дітей займатися фізичною активністю. Але під час спілкування виявилось, що не всім дітям, які займаються танцями в шкільному гуртку, це подобається. Деякі діти хотіли б займатися іншими видами рухової активності. Хлопчики, наприклад, проявляють більший інтерес до таких видів спорту як футбол чи боротьба. А дехто навіть не бажав би займатися зовсім. Тому варто створювати більшу кількість гуртків і секцій при школах, щоб діти мали можливість вибрати заняття за інтересом.

Серед дітей, які не охоплені регулярними заняттями в секціях чи гуртках, 26,9 % виявили бажання займатися танцями. Одним із найпопулярніших видів рухової активності на дозвіллі в дітей перших класів є футбол (17,6 %), що, імовірно, пояснюється великою популярністю футболу в суспільстві на цей час. Також розповсюджені серед учнів заняття плаванням (16,8 %); гімнастикою, балетом (14,3 %); боротьбою, карате (10,9 %); баскетболом, волейболом (10,0 %); легкою атлетикою (5,0 %). Невелика кількість дітей бажає займатися хокеєм (0,8 %); велоспортом (0,8 %); настільним тенісом (0,8 %) (рис.2).

Не визначилися яким видом спорту хотіли б займатися 0,8 % першокласників. Сприятим вихованню позитивного ставлення до різноманітних видів спорту та прийти на допомогу дітям при виборі ними спортивної секції повинні батьки. Проте результати наших попередніх досліджень показують, що самі батьки потребують допомоги фахівців у виборі видів спорту з оздоровчою метою або з метою досягнення високих спортивних результатів. Обговорення та визначення фахівцем відповідних видів спорту для занять дітей вони поставили на друге місце серед бажаних форм взаємодії школи і сім'ї у фізичному вихованні дітей.

Не бажують займатися ніякими видами спорту 16,8 % дітей. Батьки повинні зацікавити дітей, сформувати стійкий інтерес до різних видів спорту, і їх застосування в повсякденному

житті. Під час спілкування з'ясувалося, що ці діти не цікавляться спортом, навіть не беруть участі в перегляді спортивних передач і спортивних змагань по телебаченню. А спільний перегляд телепередач спортивного характеру з подальшим обговоренням з дитиною побаченого є однією з форм спілкування батьків і дітей, яка викликає позитивні емоції, бажання, прагнення бути таким же сильним, спритним, витривалим. При педагогічно правильному керівництві з боку вчителів та батьків цілком можливо підтримувати й розвивати зацікавленість і бажання дітей займатися певним видом спорту. Для цього і вчителі фізичної культури мають пропагувати, допомагати батькам у виборі відповідних видів спорту.

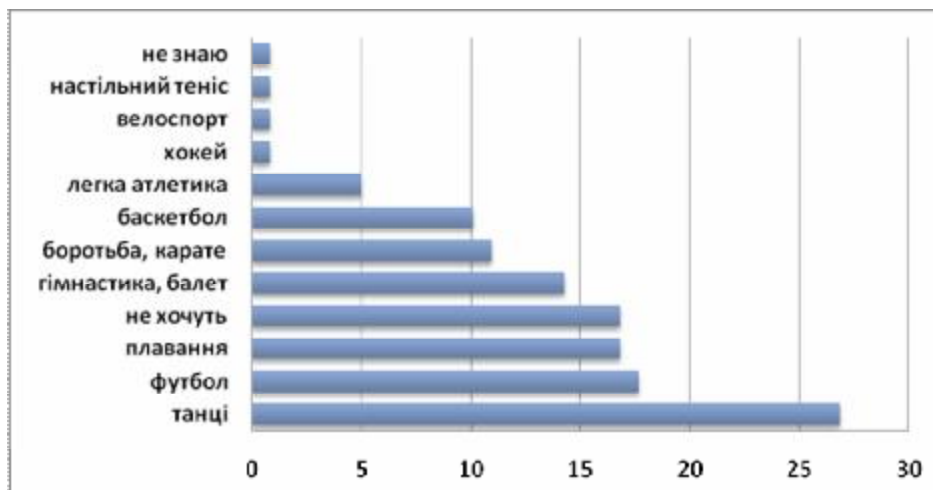


Рис.2. Види спорту, якими діти хотіли б займатися, %

Ми з'ясували, що постійно виконують ранкову гімнастику 30,25 % першокласників, іноді – 27,7 %, не роблять 42,0 %. Іншими фахівцями встановлено, що виконання ранкових комплексів гімнастичних вправ є менш популярним серед дітей молодшого шкільного віку. Так, за даними Н. Москаленко, лише 11,0 %, а за даними Р. Гаджієва – 15,8 % дітей регулярно виконують гімнастику, іноді – 30,7 %. Це свідчить про відсутність позитивної мотивації батьків щодо здорового способу життя та недостатньої рухової активності [4, 3]. За даними Р. Гаджієва, більше ніж 70,0 % батьків недостатньо поінформовані щодо здорового способу життя [3].

Опитування, яке ми провели, засвідчили, що 44,5 % дітей роблять ранкову гімнастику самі. Лише 13,5 % дітей виконують ранкову гімнастику разом із батьками. Інші фахівці встановили, що зовсім не займаються фізичними вправами з дітьми у вільний час 55,0 % батьків [3]. Батьки слідкують за виконанням дітьми ранкової гімнастики, розуміючи що це добре для здоров'я, але мало хто долучається до виконання разом із ними. За нашими попередніми даними значна кількість батьків (51,3 %) вважають, що особистий приклад є частково дієвим засобом залучення дитини до занять фізичною культурою, 42,5 % – дієвим і 6,3 % – зовсім недієвим [1]. Поза тим психологи переконують, що особиста участь батьків у різних формах рухової активності впродовж дня є більш переконливою для дітей, ніж слова про користь фізичних навантажень.

Популярними й поширеними видами рухової активності першокласників на дозвіллі є їзда на велосипеді (83,2 %), роликах (27,7 %), лижах і ковзанах (19,3 %). Невеликий відсоток дітей (34,5 %) регулярно займаються плаванням, хоча не кожен із батьків може самостійно навчити дитину плавати, а оплатити навчання багатьом не доступно.

Не володіють жодним із названих видів рухової активності 5,9 % опитаних. Рекомендуємо батькам використовувати різні види рухової активності у спільних заняттях із дітьми у вихідні, святкові дні, під час відпусток.

Із спортивного інвентарю вдома майже в усіх дітей (86,6 %) є м'яч. Велосипеди також належать до популярних видів спортивного реманенту (78,2 %). Скакалку (49,6 %), гімнастичні обручі (31,1 %), фрізбі (27,7 %), гантелі (23,5 %), лижі (20,2 %), ковзани чи ролики (15,1 %)

мають кожен третій-шостий молодший школяр, турнік (14,3 %), бадмінтон, санки, самокат, резинку для стрибків (12,6 %). Шкода, що незначний відсоток сімей мають спортивний куточок (6,7 %), а це є одним із шляхів збільшення добової рухової активності дітей в умовах власної квартири із невеликими витратами часу. М'ячами, велосипедами забезпечені більшість дітей і це чудово. На жаль, застосовувати їх в умовах квартири практично не можливо. Тому батьки повинні продумати й організувати можливості для оптимальної рухової активності в умовах квартири. Деколи не обов'язково відводити спеціальний час для фізичного виховання дитини, можна використати будь-яку можливість під час роботи по господарству, при очікуванні черги тощо. Важливим є тільки постійний і творчий підхід у спільних заняттях фізичними вправами з дітьми.

Можна було б припустити, що діти охоче застосовують спортивний інвентар для самостійної рухової активності у дворі. Проте наші дослідження показали, що у вільний час дітям подобаються низькоінтенсивні види рухової активності: гуляти (59,7 %), гратися в комп'ютерні ігри (56,3 %), малювати (52,9 %), дивитися телевизор (47,9 %), читати книжки (37 %), спілкуватися з друзями (37 %), гратися з машинками, з ляльками, у настільні ігри, прибирати (13,5 %). Дітям однаково подобається у вільний час гуляти і гратися в комп'ютерні ігри, а ці види діяльності щодо здоров'я дитини не порівняти. Тільки батьки можуть контролювати цей процес і суворо регламентувати участь дітей у перегляді телевізійних передач та комп'ютерних іграх. Фахівці відзначають останнім часом значне зниження кількості дітей, які віддають перевагу читанню книжок і відповідно підвищення кількості тих, хто проявляє підвищений інтерес до занять на комп'ютерах [4].

Дітям (63,9 %) подобається відпочинок із батьками на природі (збирати гриби, рибалити, ходити в туристичні походи з палаткою тощо), 52,9 % дітей полюбляють гуляти в парку. Це найбільш доступна взаємна форма відпочинку батьків із дітьми. Відпочинок із дітьми на морі, озері використовують 39,5 % батьків, велосипедні прогулянки з дітьми – 26,9 %. Ще 26,9 % батьків організують спільні рухливі ігри з дітьми. Катаються разом із дітьми на лижах, санках чи ковзанах 17,7 % батьків. І всі доступні форми відпочинку можна також більш ефективно й цілеспрямовано використовувати. Дивитися з батьками телевизор люблять 1,7 % першокласників; ходити в театр – 0,8 %; малювати – 0,8 %.

Систематичні заняття, пов'язані з руховою активністю, мають задовольняти потреби дітей і приносити їм радість. Батьки, вчителі фізичної культури повинні намагатися підтримувати бажання, зацікавленість, ініціативність і самостійність першокласників щодо різноманітних видів рухової діяльності.

Висновок. Аналіз одержаних даних вказує на те, що в першокласників є мотивація до навчання у школі (87,4 %), зокрема до занять фізичною культурою (86,6 %), яка формується внаслідок свідомого відображення дійсності. Першокласникам подобається бігати, стрибати, грати в ігри, кидати м'яч, виконувати різні вправи. Важливо формувати цікавість дітей до цих видів рухової активності, оскільки від арсеналу рухів, якими володіє дитина залежить обсяг рухової активності в майбутньому. Але не всі батьки переконані в користі фізичних навантажень (6,5 %). Невелика кількість дітей (35,9 %) займається руховою активністю поза школою. Батьки потребують допомоги фахівців у виборі видів спорту з оздоровчою метою і тут мають допомогти вчителі фізичної культури.

Особистий приклад є частково дієвим засобом залучення дитини до занять фізичною культурою, так вважають (51,3 %) батьків, але науковці довели, що особиста участь батьків є переконливішою, ніж слова про користь фізичних навантажень.

Не подобається урок фізичної культури (5,04 %), не бажають займатися у спортивних секціях та гуртках (16,8 %), не виконують ранкову гімнастику (42,0 %) першокласників. Дослідження показали, що на дозвіллі діти цікавляться низькоінтенсивними видами рухової активності. Вирішення проблеми рухової активності першокласників ми вбачаємо в активній взаємодії школи і сім'ї, що сприяє формуванню здорового способу життя, збереженню і зміцненню здоров'я, підвищенню фізичної та розумової працездатності.

Подальші дослідження спрямовуватимуться на пошук, розробки та обґрунтування нових методичних рекомендацій для батьків та вчителів фізичної культури щодо поліпшення здоров'я та рухового режиму дітей перших класів, які підвищуватимуть ефективність процесу фізичного виховання дітей у сім'ї та школі.

Список літератури

1. Вацеба О. Ставлення батьків та вчителів до проблем фізичного виховання першокласників / Оксана Вацеба, Олена Боднарчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2008. – Т. 2. – С. 34-37.
2. Віндюк А. В. Основи технології самостійних занять фізичними вправами учнів молодших класів : Дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту. – Запоріжжя, 2002. – 193 с.
3. Гаджиев Р. Д. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового образа жизни младших школьников : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Гаджиев Р. Д. ; Ростов / н Д, 2007. – 25 с.
4. Москаленко Н. В. Особливості формування інтересу дітей молодшого шкільного віку до занять фізичною культурою // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2003. – Вип. 7., т. 2. – С. 46-48.
5. Олимпиева Т. В. Формирование интереса к физической культуре детей младшего школьного возраста // Слобожанський науково-спортивний вісник : [зб. наук. пр.]. – Х., 2005. – № 8. – С. 305 – 308.

ОТНОШЕНИЕ УЧЕНИКОВ ПЕРВЫХ КЛАССОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Елена БОДНАРЧУК

Львовский государственный университет физической культуры

Аннотация. В статье описано отношение детей младшего школьного возраста к учебе в школе, физической культуре и другим учебным предметам. Доказано, что активное взаимодействие школы и семьи в физическом воспитании первоклассников способствует формированию здорового образа жизни, сохранению здоровья, повышению физической и умственной работоспособности.

Ключевые слова: здоровье, двигательная активность, физическое воспитание, первоклассники, семья.

ATTITUDE OF SENIOUR PUPILS TO PHYSICAL CULTURE

Olena BODNARCHUK

Lviv State University of Physical Culture

Annotation. The senior pupils attitude of the first graders to school education, physical culture and others school disciplines is described in this article. It is proved that active school and family interaction in physical education of senior pupils is conductive to forming healthy lifestyle and also increasing of physical and mental ability.

Key worlds: health, movement activity, physical education, senior pupils, family.