

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

Лекція №1

Тема: Підходи до диференційованого фізичного виховання

План

1. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. Поняття про диференціацію та диференційований підхід у фізичному вихованні.
2. Чинники, що впливають на диференційований підхід у фізичному вихованні.
3. Диференціація та індивідуалізація у фізичному вихованні.
4. Підходи до диференційованого фізичного виховання.
5. Критерії диференціації.

Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання

Сучасні діти неоднакові. Ці відмінності різноманітні і виражаються:

1) в неоднаковому рівні здоров'я дітей (звідси поділ школярів на медичні групи);

2) в різному рівні фізичної підготовленості і фізичного розвитку навіть всередині однієї і тієї ж медичної групи (наприклад, одні діти основної медичної групи можуть мати спортивні розряди, а інші - ні; тип статури може визначати вибір не тільки спортивної спеціалізації, але й спосіб виконання рухової дії);

3) в неоднаковому віці дітей в межах одного класу за умови навчання за єдиною програмою (до речі, найбільша вікова варіативність спостерігається, як правило, в середніх класах);

4) в наявності учнів обох статей в одному класі (саме тому шкільні програми передбачають відповідну диференціацію змісту і нормативних вимог);

5) в різному обсязі знань і рухових умінь дітей при інших однакових їх характеристиках (наприклад, два хлопчики можуть мати однаковий вік, рівноцінну спортивну підготовленість, але різні повноту, глибину і дієвість спеціальних знань);

6) в неоднаковому характері протікання розумових процесів (гнучкість розуму або його стереотипність в підходах до вивчення кожного рухової дії; швидкість або сповільненість в освоєнні нових рухів; наявність або відсутність критичного підходу до навчального матеріалу і т. п.);

7) в різній фізичній працездатності дітей (можливості здійснювати об'ємну роботу при необхідній її інтенсивності, зосереджуватися або легко відволікатися тощо);

8) в неоднаковому рівні пізнавальної та практичної самостійності, творчої активності (прагненні до самостійного оволодіння спеціальними знаннями і фізичними вправами);

9) в різному темпі просування від незнання до знання, від невміння до уміння;

10) в нерівноцінному ставленні до навчання (позитивному, байдужому, негативному);

11) в різному рівні вольового прояву (високому, середньому, низькому) (Железняк, Ю. Д., 2004).

Урахування особливостей розвитку і стану організму кожного учня дозволить шляхом добору адекватних засобів фізичного виховання забезпечити гармонійний розвиток рухових здібностей. Застосування засобів і методів фізичного виховання, що не відповідають особливостям учнів, може негативно вплинути на здоров'я учнів, сповільнити темпи їхнього фізичного розвитку, призвести до втрати інтересу до уроків фізичної культури (Сухарев А.Г., 1991; Апанасенко Г.Л., 1998; Сергієнко Л.П., 2001; Волков Л.В., 2002; Благій О.Л., Чернявський М.В., 2005). Організація навчально-виховної роботи на основі диференційованого підходу забезпечує найкращий навчальний та оздоровчий ефект, має великі перспективи для оптимізації фізичної культури в сучасних школах.

Диференціація (від лат. “*differentia*” різниця – поділ, розчленування цілого на якісно відмінні частини) – це реалізація принципу диференційованого підходу, який передбачає врахування відмінностей між групами учнів за їхніми інтересами, рівнем знань, наукованості, тощо.

Під диференціацією розуміють спосіб організації навчального процесу, при якому враховуються індивідуально-типологічні особливості особистості (здібності, інтереси, схильності, особливості інтелектуальної діяльності і ін.).

Під *диференціацією у фізичному вихованні* ми розуміємо комплекс організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я дітей, залучення їх до рухової активності та занять спортом, який передбачає наступне: облік індивідуальних відмінностей дітей в стані здоров'я, рівні фізичного розвитку і фізичної підготовленості, мотивації фізкультурно-спортивної діяльності, а також гендерних відмінностей; створення на основі цих особливостей гомогенних (тобто щодо однорідних за складом) груп; варіативність фізичного виховання в цих групах.

Диференційований підхід у ФВ зменшує небезпеку фізичних перенавантажень, сприяє підвищенню оздоровчої ефективності занять фізичними вправами, сприяє міцному засвоєнню рухових навичок вдосконаленню рухових якостей. Проте питання диференційованого фізичного виховання школярів почали розглядати в науково-методичній літературі відносно недавно – лише наприкінці ХХ століття.

Поняття «індивідуальний підхід» та «диференційований підхід» часто вживаються поруч. Одні фахівці вважають індивідуальний підхід різновидом диференційованого, інші – навпаки.

Ми вважаємо, що *індивідуалізація* – це реалізація принципу індивідуального підходу до учнів, який передбачає врахування індивідуальності кожної дитини як виявлення особливостей психофізіологічної організації в її неповторності, своєрідності, унікальності. Індивідуалізація є граничним варіантом диференціації, коли навчальний процес будується з урахуванням особливостей не груп, а кожного окремо взятого учня.

В умовах класно-урочної форми занять, а також інших форм масової роботи складно зробити одночасний облік великої кількості (до 30-35) особистісних характеристик і коригувати педагогічні впливи відповідно до їх особливостей. Власне тому дослідники в галузі дидактики вели пошуки таких способів навчання, у яких в певній мірі зберігалися б переваги фронтального та індивідуального методів і одночасно нейтралізувалися їхні недоліки. Саме таким вимогам відповідає організація навчально-виховної роботи на основі диференційованого підходу.

Підходи до диференційованого фізичного виховання та критерії диференціації

Фахівці застерігають, що паспортний вік, як критерій диференціації навантаження на уроках ФК, має великий розкид мінливості багатьох характеристик організму однолітків, а відтак не дозволяє об'єктивно кількісно оцінити рівень фізичної підготовленості. Індивідуальна акселерація чи ретардація фізичного розвитку супроводжується значною варіативністю показників морфофункціональної зрілості, фізичної працездатності та фізичної підготовленості підлітків одного паспортного віку (Фарбер Д.А. с соавт., 1988). Індивідуальні випередження або ж відставання від середніх величин за рівнем біологічного, функціонального та рухового розвитку можуть сягати до 5 років (Бахрах И.И., Дорохов Р.Н., 1991).

Серед дітей одного хронологічного віку і статі спостерігаються суттєві відмінності у показниках *фізичного розвитку* (зріст, вага, ОГК, ЖЄЛ,

кистьова та станова динамометрія). Так, за даними В.Г.Ареф'єва, Г.А.Єдинака в учениць старшого шкільного віку розмах коливань показників довжини тіла становить 25 см, а маси – 40 кг.

Аналіз показників *розвитку рухових якостей* осіб одного віку і статі також засвідчує значну варіабельність. В основному це стосується м'язової сили, витривалості та швидко-силових якостей. Так, у дівчат 16-17 років різниця між мінімальним і максимальним результатами за показниками станової динамометрії дорівнює – 80 кг, витривалості (70% від максимальної) – 69 сек., швидко-силових якостей (стрибок у довжину з місця) – 70 см.

Фахівцями пропонуються різні **критерії диференціації** процесу навчання. Зокрема, мотиви навчання, рівень розвитку вольових зусиль, уваги, властивостей нервової системи, професійних умінь, рівня пізнавальної активності (О.В. Боченкова, 2000; С.О. Сичов, 2002; В.І. Філінков, 2003). У процесі фізичного виховання широко використовують специфічні критерії, серед яких необхідно відзначити індивідуально-соматичні особливості осіб, соматотипи, фізичний і психофізіологічний розвиток, біологічний розвиток й фізичний стан, таких біологічних факторів, як переважання того чи іншого типу адаптивної реакції на розвиток конкретних фізичних якостей («стаєр» чи «спринтер») (Пирназарова Л.Н., 2007), частоту серцевих скорочень, частоту дихання, рівень соматичного здоров'я, величину споживання кисню, реакцію організму на фізичні навантаження, типологічні особливості нервової системи, рівні фізичної підготовленості, розвитку фізичних якостей, рухові вміння та навички, навчальні досягнення і фізична культура школярів (Я.С. Вайнбаум, 1991; І.П. Должункова, 1991; А.І. Драчук, 2003; Л.Я. Іващенко, 1990; М.Т. Кобза, 2002; D. Rumel, 2001; В. П. Гололмолзина, 2009; О. П. Скавронський, 2010; Г. В. Кротов, 2010; А. Ю. Жмыхова, 2010; В. И. Егозина, 2006; Ю. Ю. Борисова, 2009; А. М. Сітовський, 2008; Р. Арламовський, 2011; О. П. Аксьонова, 2005; Я. І. Кравчук, 2010; Спатаєва М.Х., 2006, Пятахин ДА.М., 2009, Должикова Т.А., 2011). Важливим вважають врахування екологічного середовища, в якому проживають учні (Ишмухаметов М., 2006), психоемоційного стану та вмотивованості до занять фізичними вправами (Должикова Т.А., 2011), рівня суб'єктивного досвіду: пасивно-негативного, індиферентно-нестійкого чи позитивно-стійкого (Алькова С.Ю., 2002). Поодинокі наукові пошуки присвячено дослідженню окремих аспектів диференційованого ФВ школярів та студентів з урахуванням рівня соматичного здоров'я і ступенів відхилень у його стані (Л. А. Еракова, 2005; В. П. Шульпина, 2006; І. А. Тюх, 2009; А. В. Магльований, 2010).

Таким чином критерії поділу контингенту школярів на однорідні групи для диференціації навчального матеріалу програми можна умовно поєднати в такі групи:

- a. біологічні (стать, біологічний вік, функціональні показники у стані відносного спокою та під час дозованого навантаження, фізичний стан та ін.);
- b. особливості фізичного розвитку (довжина тіла, маса тіла, соматотип тощо);
- c. рівень фізичної підготовленості (рівень розвитку фізичних якостей, провідні та відстаючі фізичні якості);
- d. соматичне здоров'я;
- e. соціальні (гендер, сім'я, оточення, школа тощо);
- f. психологічні (типологічні особливості нервової системи, сприйняття мислення, характер, здібності та ін.).
- g. рівень навчальних можливостей учнів,

В основі диференціації навчання в більшості зарубіжних країн лежать розумові здібності, рівень пізнавальної активності. За кожним критерієм визначається *рівень навчальних можливостей учнів*. Високий рівень навченості визначається в тих школярів, котрі в будь-якій ситуації навчального процесу демонструють високі знання раніше вивченого матеріалу, вільно ним користуються під час аналізу нового матеріалу для виділення суттєвих ознак, узагальнення, виведення нових понять, засвоєння нових знань. Ті учні, які не завжди володіють певним багажем дійових знань під час аналізу нового матеріалу, відчують труднощі, засвоюючи нові поняття, володіють середнім рівнем навченості. Низький рівень характеризує тих школярів, які, маючи обмежений багаж дійових знань, не можуть успішно аналізувати новий матеріал, визначати поняття, закономірності.

Література:

1. Абольянина Светлана Геннадьевна. Дифференцированная технология физического воспитания детей с различным уровнем физической подготовленности : дисс. ... канд. пед. наук. – Спец. : 13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, Хабаровск, 2009. – 173.
2. Алькова Светлана Юрьевна. Педагогические условия реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов : дисс. ... канд. пед. наук, 2002. – 123 с.
3. Боднар І.Р. Диференційоване фізичне виховання : навч. посібн. / Іванна Боднар. – Львів : ЛДУФК, 2017. – 200 с.

4. Должикова Татьяна Анатольевна. Дифференцированное физическое воспитание учащихся средних классов общеобразовательной школы, имеющих различный уровень физической подготовленности : дисс. ... канд. пед. наук, 2011. – 187 с.
5. Дульмухаметова Г. Ф. Педагогические условия половой дифференциации обучения младших школьников : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Г. Ф. Дульмухаметова. – Казань, 2011. – 245 с.
6. Лимаренко О.В. Дифференцированный подход к развитию физических качеств младших школьников Северного региона : дис. канд. пед наук: 13.00.04 / Лимаренко, Ольга Владимировна. – Тюмень, 2001. – 185 с.
7. Новиков А.О., Новикова Т.В. Индивидуализация программ плавательной подготовки учащихся профессиональных учебных заведений // Вестник спортивной науки № 1 , 2013. – С.34-38.
8. Распуткина Т. С. Принцип индивидуализации в физическом воспитании школьников // Молодой ученый. – 2014. – №8. – С. 395-397.
9. Ярослав Кравчук. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць... №. 1 (9), 2010. – С.40-45. http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/soc_gum/fvs/2010_1/R3/Kravchuk.pdf.