

# РОЗДІЛ I

## Теорія та методика навчання

УДК 796.011.3

**А. В. Цьось** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

**І. В. Бакіко** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Луцького національного технічного університета

**В. С. Дмитрук** – старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту Луцького національного технічного університету

### Співвідношення державного та шкільного компонентів у програмі із фізичної культури учнів загальноосвітніх шкіл

*Роботу виконано на кафедрі теорії і методики фізичного виховання ВНУ ім. Лесі Українки*

Обґрунтовано співвідношення базової та варіативної частин шкільної програми, що складає в молодшому шкільному віці 70 : 30 %; середньому – 60 : 40 %; старшому 50 : 50 % навчального матеріалу. Виявлено зміст навчального пріоритетного матеріалу та нормативних вимог оцінювання фізичної підготовленості в програмах із фізичної культури в загальноосвітніх школах.

**Ключові слова:** загальноосвітня школа, програма з фізичної культури, базова й варіативна частини програми, фізичне виховання, зміст навчального матеріалу, оцінювання навчальних досягнень.

**Цёсь А. В., Бакико И. В., Дмыtruk В. С. Соотношение государственного и школьного компонентов в программе по физической культуре учеников общеобразовательных школ.** Обоснованное соотношение базовой и вариативной части школьной программы, что составляет в младшем школьном возрасте 70 : 30 %; среднем – 60 : 40 %; старшем – 50 : 50 % учебного материала. Обнаружено содержание учебного приоритетного материала и нормативных требований оценивания физической подготовленности в программах по физической культуре в общеобразовательных школах.

**Ключевые слова:** общеобразовательная школа, программа по физической культуре, базовая и вариативная части программы, физическое воспитание, содержание учебного материала, оценки учебных достижений.

**Tsios A. V., Bakiko I. V., Dmytruk V. S. The Correlation of the State and School Components at the Physical Education Program for the Students of the Comprehensive School.** The theme of the research is the correlation between the basic and varied parts of the school program of physical education. It is 70 % vs 30 % at young school age and 60 % vs 40 % at middle school age and 50 % vs 50 % at high school. The content of the educational material of primary importance was discovered and the regulatory requirement of the assessment of the physical education at comprehensive school.

**Key words:** a comprehensive school, a program of physical education, a basic and varied part of the school program, physical education, the content of the educational material, the assessment of the educational achievements.

**Постановка наукової проблеми. Аналіз останніх досліджень.** Пріоритетне значення фізичної культури визначається Законом України “Про фізичну культуру і спорт”, Цільовою комплексною програмою “Фізичне виховання – здоров’я нації”, Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту в Україні та іншими нормативними документами. Відповідно до них фізичне виховання в школі має закласти основи забезпечення й розвитку фізичного та морального здоров’я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних здібностей особистості, удосконалення фізичної й психологічної підготовки до активного життя та професійної діяльності на принципах

індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів і форм фізичного вдосконалення.

Ужиті на державному рівні заходи суттєво не покращили фізичний стан школярів. Така ситуація потребує нових підходів до розв'язання оздоровчих, освітніх і виховних завдань у процесі фізичного виховання молодого покоління.

Необхідність оздоровчої спрямованості фізичного виховання в умовах сучасної школи викликана ситуацією, що склалася зі станом здоров'я учнів. Статистичні дані свідчать, що кількість здорових випускників шкіл складає від 5 до 25 %. Близько 40 % учнів мають хронічні захворювання.

Напрямок і зміст фізичного виховання школярів загальноосвітніх навчальних закладів регламентується державною програмою. Водночас, на думку вчителів фізичного виховання та науковців, чинна програма не відповідає сучасним вимогам [1, 2, 3]. Тому актуальним є питання вдосконалення структури й змісту шкільної програми з фізичної культури.

У сучасній науковій і методичній літературі відсутні єдині підходи до розробки програм із фізичної культури. Пропонується враховувати регіональні особливості, теорію навчальної діяльності. Продовжується дискусія щодо змісту програми та критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів. У науковій літературі констатується, що сучасні програми фізичної культури учнів повинні мати базову й варіативну частини.

Водночас підходи науковців до змісту варіативної частини шкільної програми та її співвідношення з базовою різні, що зумовлює **актуальність** теми дослідження.

**Мета дослідження** полягає в науково-теоретичному обґрунтуванні змісту й співвідношення базової та варіативної частин шкільної програми з фізичної культури.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Для аналізу було відібрано сім шкільних програм із фізичної культури: “Комплексна програма з фізичного виховання учнів 1–11 класів загальноосвітньої школи” (Москва, 1985); “Програма з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл” (Київ, 1992); комплексні програми середньої загальноосвітньої школи “Фізична культура” (1–11 класи) (Київ, 1993); “Комплексна програма з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл південного регіону України” (Херсон, 1997); “Програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура» (1–11 класи)” (Київ, 1998); “Програма для загальноосвітніх навчальних закладів для 1–11 класів «Основи здоров'я і фізична культура»” (Київ, 2001); “Програма для загальноосвітніх закладів «Фізична культура» (5–12 класи)” (Київ, 2004).

Аналіз шкільних програм з фізичної культури показав, що їхня структура практично однакова. Вони містять пояснювальну записку, зміст навчального матеріалу, вимоги щодо розвитку фізичних можливостей, орієнтовні тести для оцінки фізичної підготовленості. Водночас у шкільних програмах за 1992, 1998, 2001 і 2004 рр. відсутні розділи, що стосуються позакласних форм занять фізичною культурою та спортом і загальношкільні фізкультурно-оздоровчі й спортивні заходи.

Зміст програм за 1992, 1998, 2001 і 2004 рр. в основному збігається і складається з навчального пріоритетного матеріалу для формування теоретико-методичних знань, практичних навичок та вмій, методики розвитку фізичних можливостей, матеріалу для обов'язкового повторення й домашніх завдань, контрольних навчальних нормативів і вимог; орієнтовного комплексного тесту з оцінки стану фізичної підготовленості школярів. Указівки щодо мети, завдань фізичного виховання, організаційно-методичних вимог подані у всіх програмах.

Результати дослідження свідчать, що за змістом шкільні програми практично дублюють одна одну. Невелика різниця полягає лише в наявності окремих фізичних вправ та викладання футболу з великою кількістю годин в усіх класах у програмах 2001, 2004 рр.

Перелік фізичних вправ, поданих у шкільних програмах подібний. Вивчаються загальнорозвивальні вправи, акробатика, лазіння й перелізання, вправи з рівноваги, виси та упори, стрибки, танцювальні вправи, біг, метання, спортивні ігри. Аналіз змісту програм дає підстави стверджувати, що значна частина фізичних вправ має військово-прикладну, а не оздоровчу спрямованість.

Результати дослідження свідчать, що оцінювання фізичної підготовленості школярів в окремих шкільних програмах із фізичної культури подібні. Зокрема, нормативні вимоги програм 1998 і 1992 рр., 1997 рр. та державних тестів 1985 й 1993 рр. збігаються. Вимоги до оцінювання сили, швидкості, витривалості (хлопці – біг 1500 м), гнучкості та швидко-силових можливостей вищі в програмі 1997 р. і державних тестах. Нормативні оцінки спритності, витривалості (біг 2000 м) вищі в

програмі 1998 р. Показники орієнтовних комплексних тестів вищі в програмі для загальноосвітніх навчальних закладів для 1–11 класів “Основи здоров’я і фізична культура” (Київ, 2001).

У сучасних умовах активно розробляються норми оцінювання фізичної підготовленості учнів за 12-бальною системою, яка б мала мотивувальне значення й об’єктивно оцінювала навчальні досягнення школярів.

Аналіз результатів дослідження свідчить, що тестові вправи оцінки навчальних досягнень учнів, як правило, установлюються емпірично, на основі середніх величин або сигмальних відхилень. Для оцінювання використовуються абсолютні показники виконання вправ відповідно до встановлених норм. Такий підхід дає змогу виявити рівень розвитку окремих фізичних можливостей учнів, але не сприяє зміцненню здоров’я дітей, формуванню мотивації до самостійних занять фізичними вправами.

Дослідження свідчать, що лише 16,6–36,8 % учителів фізичної культури вважають, що чинна державна програма з фізичної культури відповідає сучасним вимогам. Майже 85,0 % педагогів переконані в необхідності вдосконалення державної програми з фізичної культури в школі.

На питання “Які фізичні вправи та види спорту необхідно вести до шкільної програми з фізичної культури?” педагоги визначили чимало видів спорту. Значний відсоток учителів назвали баскетбол (16,0%), волейбол (16,0%), футбол (16,0%), плавання (12,5%), теніс (12,5%), східні одноборства (13,1%).

Учителі-жінки, на відміну від чоловіків, переконані, що в шкільній програмі повинна бути аеробіка (27,7%). Учителі сільських шкіл указують на ті види спорту, які можна було б могли культивувати в їхньому навчальному закладі (спортивне орієнтування – 8,3%, гирьовий спорт – 4,1%). Працівники міських шкіл, де матеріальна база порівняно краща, вказують на такі види, як боротьба (6,2%), шейпінг (6,2%).

Розбіжність у співвідношенні засобів фізичного виховання в міських і сільських школах становить 38,0%, що доводить необхідність варіативного компонента програми від 30 до 50%.

На думку 72,2–85,7% учителів фізичної культури, у шкільній програмі потрібні державний, регіональний і шкільний компоненти. Державний компонент має становити до 50% часу відносно загальної кількості уроків і висвітлювати стандарт освіти. Регіональний та шкільний компоненти відображатимуть традиції краю й школи, стан матеріальної бази, наявність кадрів, інтереси дітей.

Спираючись на результати власних досліджень, розроблено експериментальну програму з фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах. Програма базується на основних вимогах до змісту фізичного виховання учнів, який подано в державній програмі (Київ, 2004). Водночас експериментальна програма складається з двох частин – базової та варіативної.

Базова частина програми передбачає освоєння традиційних видів фізичних вправ – рухливих і народних ігор, ритмічної гімнастики, спортивних ігор, легкої атлетики, плавання, туризму, які є обов’язковими на уроках фізичної культури. Базовий компонент програми складає основу загальнодержавних вимог у галузі фізичної культури.

Варіативна частина дає змогу на практиці диференційовано підходити до фізичного виховання учнів. Зміст рухової діяльності зумовлено умовами школи, інтересами учнів, загальною тенденцією підвищеного інтересу до окремих видів фізкультурно-оздоровчої й спортивної активності. Види фізичних вправ визначає вчитель. До шкільного компонента програми ми рекомендуємо аква-, степ-, слайд-аеробіку, водне поло, бадмінтон, теніс, хокей, городки, спортивне орієнтування, роуп-скіпінг, шахи та шашки. Співвідношення варіативної частини шкільної програми з базовою складає в молодшому шкільному віці 30 : 70%; середньому 40 : 60%; старшому 50 : 50% навчального матеріалу.

Розподіл навчальних годин на різні види рухової діяльності наведено в таблицях 1, 2, 3.

Для перевірки ефективності розробленої програми з фізичної культури школярів проводився педагогічний експеримент. Результати дослідження свідчать, що початкові показники рівня інтересу до фізичного виховання й спорту, фізичної підготовленості та функціональних можливостей у школярів експериментальної групи вірогідно не відрізнялися від аналогічних показників контрольної ( $P > 0,05$ ).

Формуючий педагогічний експеримент показав високу ефективність запропонованої програми фізичної культури школярів. Результати свідчать, що в учнів експериментальних груп інтерес до фізичного виховання значно вищий. 65,9% хлопчиків і 59,9% дівчаток експериментальної групи

№ 1 (ЗОШ № 19 м. Луцька), 83,0 % хлопчиків та 66,0 % дівчаток експериментальної групи № 2 (гімназія № 21 м. Луцька) і 52,9 % хлопчиків і 48,3 % дівчаток експериментальної групи № 3 (Воротнівська ЗОШ) мали високий або вище середнього інтерес до фізичного виховання. У контрольних групах цей показник значно нижчий.

Таблиця 1

**Розподіл навчальних годин за темами та елементами програмного матеріалу для шкіл, у яких є спортивний зал і басейн**

Теми та елементи	Кл а с и											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Теоретико-методичні знання	На всіх уроках											
Рухливі та народні ігри	15	13	12	6	4	3	3	3	3	2	2	2
Гімнастика	8	8	8	7	6	6	5	6	6	6	6	6
Ритмічна гімнастика	7	7	7	6	6	6	5	6	6	6	5	5
Елементи спортивних ігор. Спортивні ігри (баскетбол, волейбол, футбол, ручний м'яч)	7	7	8	12	12	11	11	11	11	11	11	11
Легка атлетика	10	10	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Плавання	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34
Аквааеробіка	10	10	10	8	7	8	8	7	4	5	5	3
Водне поло					4	5	7	6	8	9	9	9
Кросова та лижна (ковзанярська) підготовка	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2
Туризм				4	4	4	4	4	3			
Атлетизм, загальна й спеціальна фізична підготовка										6	7	6
Професійно-прикладна фізична підготовка									3			3
Вправи комплексних тестів для оцінювання стану фізичної підготовленості	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Всього	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105

Таблиця 2

**Розподіл навчальних годин за темами та елементами програмного матеріалу для шкіл, у яких є спортивний зал**

Теми та елементи	Кл а с и											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Теоретико-методичні знання	На всіх уроках											
Рухливі та народні ігри	15	15	15	10	4	4	4	4	2	2	2	2
Гімнастика	14	14	14	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Ритмічна гімнастика	13	13	13	11	10	10	10	10	10	10	8	8
Степаеробіка, слайдаеробіка	8	8	8	10	6	6	6	6	6	6	4	4
Елементи спортивних ігор. Спортивні ігри (баскетбол, волейбол, футбол, ручний м'яч, бадмінтон, теніс, хокей)	15	15	15	15	27	27	27	27	27	36	36	36
Легка атлетика	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
Спортивне орієнтування				5	4	4	4	4	4			
Кросова та лижна (ковзанярська) підготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2
Туризм				4	4	4	4	4	3			

Закінчення таблиці 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Атлетизм, загальна й спеціальна фізична підготовка										3	7	3
Професійно-прикладна фізична підготовка									4			4
Вправи комплексних тестів для оцінювання стану фізичної підготовленості	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Всього	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105

Таблиця 3

**Розподіл навчальних годин за темами та елементами програмного матеріалу  
для шкіл, у яких є лише спортивний майданчик**

Теми та елементи	К л а с и											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Теоретико-методичні знання	На всіх уроках											
Рухливі та народні ігри	28	21	9	7	6	4	4	2	1	1	1	1
Роуп-скіпінг	5	5	5	5	5	4	4	2	2	2	2	2
Степаеробіка, слайдаеробіка	5	5	5	5	5	4	4	2	2	2	2	2
Ритмічна гімнастика	13	13	13	10	10	8	8	6	4	4	4	1
Елементи спортивних ігор. Спортивні ігри (баскетбол, волейбол, футбол, городки, бадмінтон, теніс, хокей)	10	17	30	32	33	33	33	37	37	37	37	37
Легка атлетика	13	13	13	13	13	21	22	25	25	28	29	29
Спортивне орієнтування, велоспорт	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Кросова та лижна (ковзанярська) підготовка	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Туризм				3	3	2	1	1	1	1	1	1
Професійно-прикладна фізична підготовка									3			3
Шахи, шашки	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
Вправи комплексних тестів для оцінювання стану фізичної підготовленості	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Всього	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105	105

Необхідно зазначити, що найвищий інтерес до фізичного виховання виявляють учні гімназії, де є спортивний зал і басейн. Це ще раз підкреслює факт, що наявність належної матеріальної бази суттєво впливає на навчальну активність школярів. Потрібно зазначити, що в експериментальних групах немає жодного учня, у якого інтерес до фізичного виховання відсутній.

Значна вірогідна різниця між учнями контрольних та експериментальних груп спостерігалася за індексом Руф'є. У школярів експериментальних груп цей індекс на 2–3 одиниці кращий. Також серед учнів експериментальних груп вірогідно вищі показники затримки дихання на вдиху й видиху. За показниками ЧСС, артеріального тиску вірогідної різниці між учнями контрольних та експериментальних груп не виявлено.

Загальна тенденція поліпшення фізичної підготовленості й функціонального стану організму школярів експериментальних груп спостерігалася в хлопців і дівчат.

Таким чином, педагогічний експеримент показав ефективність запропонованої експериментальної шкільної програми із фізичної культури, яка поєднує базову та варіативну частини, що є основою для її широкого впровадження у практику роботи шкіл.

**Висновки.** Обґрунтовано співвідношення базової й варіативної частин шкільної програми, що складає в молодшому шкільному віці 70 : 30 %; середньому 60 : 40 %; старшому 50 : 50 % навчального матеріалу. Виявлено зміст навчального пріоритетного матеріалу та нормативних вимог оцінювання фізичної підготовленості в програмах із фізичної культури в загальноосвітніх школах. Установлено, що шкільні програми 1985 і 1993, 1992 і 1998, 2001, 2004 рр. дублюють одна одну.

*Література*

1. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелова. – К. : Оріони, 2001. – 152 с.
2. Круцевич Т. Ю. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом школьников, проживающих в различных регионах Украины / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхняя // Современный олимпийский спорт для всех. – М., 2003, Т. I. – С. 262.
3. Лях В. И. Физическое воспитание учащихся общеобразовательной школы: состояние, перспективы и пути реорганизации / В. И. Лях, Ю. А. Копилов, М. В. Малыхина // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 6. – С. 19–52.

Статтю подано до редколегії  
26.11.2009 р.