

Вплив оцінки з фізичної культури на показники фізичного стану дітей молодшого шкільного віку

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Ускладнення шкільних програм і збільшення тижневих навантажень призводять до різкого зниження рухової активності, фізичної роботоздатності та рівня фізичного здоров'я, особливо дітей молодшого шкільного віку, що викликає необхідність пошуку нових шляхів удосконалення процесу фізичного виховання молодших школярів [1, 3].

Достатньо часто причини погіршення здоров'я дітей під час їх перебування в школі пов'язані з неправильними діями вчителів або їх бездіяльністю при розв'язанні завдань, які стоять перед дисципліною «Фізична культура» [4, 10].

Успішність управління процесом фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку багато в чому визначається якістю й обсягом інформації про стан їхнього фізичного розвитку та підготовленості. Це пов'язано з тим, що зміст процесу фізичного виховання, формування його поточних і довгострокових цілей та завдань не можуть бути здійснені без урахування специфіки умов регіону (кліматичні, екологічні, матеріально-технічні, соціально-психологічні й т. ін.) та індивідуальних особливостей фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичного здоров'я й темпів вікового розвитку кожної дитини [2, 5, 8, 9].

При цьому слід урахувувати, що навчання в початковій школі збільшує навантаження на організм дитини молодшого шкільного віку [3, 4]. Діти менше рухаються, більше сидять, унаслідок чого виникає дефіцит рухової активності та, отже, збільшується статичне напруження, що негативно може відобразитися на зростаючому організмі й особливо потребує м'язової діяльності. Недостатня рухова активність, яка не компенсується необхідними за об'ємом й інтенсивністю фізичними навантаженнями, призводить до розвитку низки захворювань.

На думку багатьох учених, у процесі фізичного виховання молодших школярів специфічне значення рухової активності як чинника, що обумовлює підвищення резервних можливостей фізичного, функціонального, рухового та психічного становлення дітей, ураховується недостатньо [2, 3, 5, 6].

Водночас на основі впровадження в навчальний процес загальноосвітніх шкіл, основних теоретико-методологічних положень, що представлені в експериментальній навчальній програмі з дисципліни «Фізична культура» [7], може вже зараз сприяти досягненню значного покращення якості процесу фізичного виховання учнів молодших класів загальноосвітніх шкіл і результативності їхньої навчальної та повсякденної діяльності.

Отже, вивчення інноваційних підходів до змісту навчальної програми з дисципліни «Фізична культура» відображене в роботах О. В. Давиденко (2003), Н. В. Москаленко (2009), Т. Ю. Круцевич (2011), В. М. Єрмолової (2012) та ін., на основі яких процес фізичного виховання в початковій школі повинен ґрунтуватися на розвитку навичок мислення, міжособистісних відносин, творчої співпраці всіх учасників навчально-виховного процесу для досягнення мети, що стоїть перед цим предметом у 1–4 класах. Водночас при цьому залишається не вирішеним питання щодо оцінювання навчальних досягнень дітей молодшого шкільного віку за наявними програмами з дисципліни «Фізична культура» в початковій школі, що й обумовило актуальність наших досліджень.

Мета роботи – вивчити вплив оцінювання навчальних досягнень на показники фізичного стану в процесі фізичного виховання молодших школярів.

Методи та організація досліджень. Для досягнення мети використовувалися загальноприйняті методи досліджень: аналіз даних спеціальної літератури, антропометричні, фізіологічні, педагогічні методи досліджень, методи експрес-оцінки рівня фізичного здоров'я (Хрущова С. В., 2006), методика визначення шкільної мотивації (Лусканової Н. Г.) [6, 8, 9], методи математичної статистики.

Дослідження проводили на базі ліцею № 38 м. Києва протягом 2010 / 2011 н. р., у них узяли участь 92 дитини віком від семи до 10 років, котрі навчаються у 2–4 класах за експериментальною програмою з дисципліни «Фізична культура», було сформовано дві групи:

– I експериментальна (ЕГ – 1) (n = 49) – отримували кількісну оцінку з дисципліни «Фізична культура»;

– II експериментальна (ЕГ – 2) (n = 43) – отримували вербальну оцінку (словесно-заохочувальну) з дисципліни «Фізична культура».

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Використовуючи навчальні нормативи й вимоги, представлені в експериментальній навчальній програмі з дисципліни «Фізична культура», слід ураховувати, що вони є тільки орієнтиром для вчителів і батьків, а також дають змогу вносити корективи в подальшу роботу.

Відповідно до завдань навчальної програми з дисципліни «Фізична культура» щодо підвищення мотивації учнів до самовдосконалення, підхід до оцінювання рівня їхніх навчальних досягнень повинен ґрунтуватися на використанні основних характеристик фізичної освіченої особистості, якими слід керуватися під час виставлення оцінки. Ми спробували розробити порівняльну шкалу вербальної (словесно-заохочувальної) оцінки та кількісної (бальної) оцінки навчальних досягнень учнів із дисципліни «Фізична культура» в початковій школі та порівняти їх ефективність (табл. 1).

Таблиця 1

**Порівняльні шкали оцінки успішності з предмета «Фізична культура»
для учнів молодшого шкільного віку**

Рівень навчальних досягнень	Кількісна оцінка	Вербальна оцінка	
		словесно-заохочувальна оцінка	пояснення до словесно-заохочувальної оцінки
«Високий»	10–12	«Чудово!»	Виставляється в тому випадку, коли учень добро-совісно ставиться до уроку, активно бере участь у ньому, виконує вправи без помилок, має особистий прогрес у показниках фізичної підготовленості; знає правила ігор, розуміє процеси, які відбуваються в організмі під час виконання вправ, володіє навичками та вміннями, визначеними навчальною програмою, та вміє застосовувати їх в ігрових ситуаціях (починаючи з 3 класу)
«Достатній»	7–9	«Молодець!»	Виставляється в тому випадку, коли учень сумлінно виконує всі завдання, знає декілька комплексів вправ, але допускає незначні помилки, має особистий прогрес у показниках фізичної підготовленості
«Середній»	4–6	«Не погано!»	Виставляється в тому випадку, коли учень, продемонструвавши вправу, допустив окремі несуттєві помилки
«Початковий»	1–3	«Старайся!»	Виставляється в тому випадку, коли учень допускає грубі, суттєві помилки у виконанні вправи, зі всієї вправи виконує один технічний елемент, не виявляє інтересу до занять

Для визначення ефективності формування структури мотиваційної сфери дітей 7–10 років до участі в заняттях фізичними вправами проведено порівняльний аналіз динаміки функціональних можливостей організму, фізичної підготовленості та рівня фізичного здоров'я під впливом кількісної (бальної) та вербальної (словесно-заохочувальної) оцінки.

Оцінюючи динаміку рівня фізичного здоров'я дітей ЕГ–1, слід відзначити, що її рівень підвищили 75,51% школярів, у той час як в ЕГ–2 в рівні фізичного здоров'я відбувалось і його підвищення в 41,86% школярів, і зниження в 13,95% школярів.

Аналізуючи у відсотковому співвідношенні динаміку показників серцево-судинної та дихальної систем спостережуваного контингенту, варто констатувати, що:

– в учнів других класів ЕГ–1 спостерігалось покращення показників на 10,12% – у значеннях ЧССсп; на 9,7% – у значеннях АТсист; на 1,8% – у значеннях АТдіаст; на 20,99% – у значеннях індексу Руф'є; на 13,33% – у значеннях ЖСЛ; на 37,72% – у результатах проби Генча; на 23,44% – у результатах проби Штанге; на 18,79% – у значеннях індексу Робінсона;

– в учнів третіх класів ЕГ–1 спостерігалось покращення показників на 8,48% у значеннях ЧССсп; на 5,12% – у значеннях АТсист; на 0,4% – у значеннях АТдіаст; на 20,32% – у значеннях

індексу Руф'є; на 13,33 % – у значеннях ЖЄЛ; на 37,63 % – у значеннях проби Генча; на 29,54 % – у значеннях проби Штанге; на 13,11 % – у значеннях індексу Робінсона;

– в учнів четвертих класів ЕГ–1 спостерігали покращення показників на 10,11 % – у значеннях ЧССсп; на 5,21 % – у значеннях АТсист; на 2,12 % – у значеннях АТдіаст; на 21,21 % – у значеннях індексу Руф'є; на 8,58 % – у значеннях ЖЄЛ; на 41,72 % – у результатах проби Генча; на 24,02 % – у результатах проби Штанге; на 14,61 % – у значеннях індексу Робінсона;

– в учнів других класів ЕГ–2 простежили покращення показників на 7,12 % – у значеннях ЧССсп; на 3,03 % – у значеннях АТсист; на 2,07 % – у значеннях АТдіаст; на 15,74 % – у значеннях індексу Руф'є; на 9,72 % – у значеннях ЖЄЛ; на 22,97 % – у результатах проби Генча; на 3,14 % – у результатах проби Штанге; на 9,17 % – у значеннях індексу Робінсона;

– в учнів третіх класів ЕГ–2 спостерігали покращення показників на 2,27 % – у значеннях АТсист; на 6,53 % – у значеннях індексу Руф'є; на 9,37 % – у значеннях ЖЄЛ; на 21,09 % – у результатах проби Генча; на 11,84 % – у результатах проби Штанге; на 0,86 % – у значеннях індексу Робінсона;

– в учнів четвертих класів ЕГ–2 спостерігалось покращення показників: на 4,15 % – у значеннях ЧССсп; на 0,85 % – у значеннях АТдіаст; на 4,4 % – у значеннях індексу Руф'є; на 6,39 % – у значеннях ЖЄЛ; на 20,96 % – у результатах проби Генча; на 14,9 % – у результатах проби Штанге; на 2,76 % – у значеннях індексу Робінсона.

Крім покращення значень вимірюваних показників, простежили також незначне погіршення значень ЧССсп та АТсист дітей ЕГ–2. Так, в учнів третього класу на 1,29 % – у значеннях ЧССсп і на 0,72 % – у значеннях АТдіаст, а в четвертому класі на 1,57 % – у значеннях АТсист.

За час перетворюючого експерименту в ЕГ–1 ліцею № 38 (із кількісною оцінкою) спостерігали покращення в значеннях показників фізичної підготовленості (табл. 4.5).

Аналізуючи у відсотковому співвідношенні динаміку результатів фізичної підготовленості спостережуваного контингенту, слід відзначити, що:

– в учнів других класів ЕГ–1 спостерігали покращення значення індексу Шаповалової на 48,31 % та результатів у тестах: «біг 30 м» – на 7,52 %; на 6,97 % – у результатах тесту «човниковий біг 4 х 9 м»; на 7,65 % – тест «стрибок у довжину з місця»; на 132,4 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 34,14 % – у результатах тесту «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 31,3 % – у значеннях кистьової динамометрії;

– в учнів третіх класів ЕГ–1 відзначено покращення значення індексу Шаповалової на 43,94 % та результатів у тестах «біг 30 м» – на 6,92 %; на 8,95 % – «човниковий біг 4 х 9 м»; на 5,08 % – «стрибок у довжину з місця»; на 104,7 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 30,70 % – «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 23,77 % – у значеннях кистьової динамометрії.

– в учнів четвертих класів ЕГ–1 простежили покращення значення індексу Шаповалової на 5,8 % та результатів у тестах: «біг 30 м» – на 32,64 %; на 4,93 % – «човниковий біг 4 х 9 м»; на 5,63 % – «стрибок у довжину з місця»; на 72,16 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 20,22 % – «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 15,45 % – у значеннях кистьової динамометрії;

– в учнів других класів ЕГ–2 простежили покращення значення індексу Шаповалової на 17,58 % та результатів у тестах: «біг 30 м» – на 4,08 %; на 4,18 % – «човниковий біг 4 х 9 м»; на 4,73 % – «стрибок у довжину з місця»; на 69,58 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 12,57 % – «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 29,02 % – у значеннях кистьової динамометрії;

– в учнів третіх класів ЕГ–2 спостерігали покращення значення індексу Шаповалової на 42,44 % та результатів у тестах: «біг 30 м» – на 2,83 %; на 1,88 % – «човниковий біг 4 х 9 м»; на 2,59 % – «стрибок у довжину з місця»; на 91,66 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 21,11 % – «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 6,7 % – у значеннях кистьової динамометрії;

– в учнів четвертих класів ЕГ–2 помітне покращення значення індексу Шаповалової на 23,58 % та результатів у тестах: «біг 30 м» – на 3,72 %; на 3,58 % – «човниковий біг 4 х 9 м»; на 4,18 % – «стрибок у довжину з місця»; на 49,89 % – «нахил тулуба з положення сидячи»; на 12,96 % – «підйом тулуба у сід за 60 с»; на 19,22 % – у значеннях кистьової динамометрії.

Аналізуючи отримані дані, слід відзначити, що в учнів ЕГ–1 (кількісна оцінка навчальних досягнень) у більшості тестів фізичної підготовленості спостерігали більший відсоток позитивних результатів, порівняно зі школярами другої експериментальної групи (вербальна оцінка навчальних досягнень). Можливо, це свідчить про те, що отримання кількісної оцінки спостережуваних дітей молодшого шкільного віку більше спонукає їх для досягнення кращих результатів у рухових тестах, порівняно з вербальною оцінкою їхніх однолітків.

На основі аналізу динаміки змін в оцінці рівня навчальних досягнень спостережених школярів слід відзначити, що в учнів ЕГ–1 більша кількість дітей підвищила свої результати, порівняно з представниками ЕГ–2. Крім цього, порівняльний аналіз досягнень із дисципліни «Фізична культура» дітей ліцею № 38 (ЕГ–1, ЕГ–2) за час експерименту дав підставу виявити, що в групі дітей, які мали кількісну оцінку, показали вищі результати в прояві рухових здібностей, ніж у групі тих, котрі мали вербальну оцінку. Можливо, що використання кількісної (бальної) оцінки спонукає школярів до більшої мотивованості для підвищення рівня своїх навчальних досягнень.

Проаналізувавши результати анкетування шкільної мотивації (за методикою Лусканової) молодших школярів до участі в уроках фізичної культури та самостійних занять фізичними вправами, у дітей ЕГ–1 ми виявили таке. По закінченню експерименту спостерігалася покращення рівня шкільної мотивації в 26,53 % учнів. Це також може свідчити про те, що зміст експериментальної навчальної програми з дисципліни «Фізична культура» позитивно впливає на додаткову мотивацію до занять фізичними вправами школярів 2–4 класів, які отримують кількісну оцінку з дисципліни. В ЕГ–2 під впливом курсу занять спостерігалася тенденція до зниження рівня шкільної мотивації в 44,08 % респондентів. Це може характеризувати те, що експериментальна навчальна програма з дисципліни «Фізична культура» не викликає зацікавленості в учнів 2–4 класів, якщо вони отримують вербальну оцінку з дисципліни.

Висновки. У результаті досліджень можна констатувати, що учні 2–4 класів, які отримують кількісну оцінку з дисципліни, більш мотивовані, порівняно з тими, котрі отримують вербальну оцінку з дисципліни «Фізична культура». Крім цього, слід відзначити, що найбільш значні позитивні зміни в результатах фізичної підготовленості та показниках фізичного здоров'я молодших школярів, які отримували кількісну оцінку. А в учнів 2–4 класів, котрі отримували вербальну оцінку були менші позитивні зміни в результатах фізичної підготовленості та фізичного здоров'я, що, імовірно, пов'язано зі зменшенням мотивації щодо свого фізичного стану.

Можливо, що вербальна оцінка досягнень школярів із дисципліни «Фізична культура» не викликає зацікавленості в дітей 7–10 років до підвищення мотивації до занять фізичними вправами й участі в уроках фізичної культури, оскільки ґрунтується на тому, що заохочення до занять відбувається лише порівняно з однокласниками, тобто всередині класу, а не з усіма однолітками.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням впливу навчальних програм із дисципліни «Фізична культура», які використовуються на сьогодні в Україні з молодшими школярами з урахуванням інноваційних підходів до їхнього змісту.

Список використаної літератури

1. Бакіко І. В. Поєднання базової і варіативної частин програми з фізичної культури школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І. В. Бакіко. – Львів, 2007. – 20 с.
2. Баранов А. А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, Н. А. Скоблина. – М. : Изд-во «Научный центр здоровья детей РАМН», 2008. – 216 с.
3. Билецкая В. В. Теоретико-методическое обоснование тестирования физической подготовленности младших школьников в процессе физического воспитания : автореф. дис. ... канд. наук по физическому воспитанию и спорту (24.00.02.) / В. В. Билецкая. – НУФВСУ. – Киев, 2008. – 20 с.
4. Виленская Т. Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста / Т. Е. Виленская. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 320 с.
5. Голуб В. А. Реалізація принципу єдності фізичного та морального виховання на уроках фізичної культури у дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / В. А. Голуб ; Дніпропетровський держ. ін-т фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2010. – 22 с.
6. Давиденко О. В. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом / О. В. Давиденко, В. П. Семененко, Л. О. Фандікова : навч.-метод. посіб. – Тернопіль : Астон, 2003. – 144 с.
7. Фізична культура : Експериментальна навч. прогр. для учнів 1–4 кл. загальноосвітніх навч. закл. / Т. Ю. Круцевич, В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, Г. Г. Смоліус [та ін.]. – К. : Наук. світ, 2006. – 77 с.
8. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
9. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников : метод. пособие / [С. Д. Поляков, С. В. Хрущев, И. Т. Корнеева и др.]. – М. : Айрис-пресс, 2006. – 96 с.
10. Москаленко Н. В. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. В. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1/2. – С. 19–22.

Анотації

У статті розглянуто підходи до розробки шкали оцінювання навчальних досягнень із дисципліни «Фізична культура» в початковій школі. Представлено результати впливу уроків фізичної культури на рівень фізичного здоров'я молодших школярів. Проведено порівняльний аналіз впливу кількісної й вербальної оцінки навчальних досягнень молодших школярів та їх вплив на функціональні показники організму, результати фізичної підготовленості, фізичної роботоздатності, рівня фізичного здоров'я та шкільної мотивації до занять фізичними вправами в цього контингенту.

Ключові слова: молодші школярі, фізичне здоров'я, оцінка.

Татьяна Саранчук. Влияние оценки по физической культуре на показатели физического состояния детей младшего школьного возраста. В статье рассматриваются подходы к разработке шкалы оценки учебных достижений по дисциплине «Физическая культура» в начальной школе. Представлены результаты влияния уроков физической культуры на уровень физического здоровья младших школьников. Проведён сравнительный анализ влияния количественной и вербальной оценки учебных достижений младших школьников и их влияние на функциональные показатели организма, результаты физической подготовленности, физической работоспособности, уровня физического здоровья и школьной мотивации к занятиям физическими упражнениями в этого контингента.

Ключевые слова: младшие школьники, физическое здоровье, оценка.

Tatiana Saranchuk. Influence of Mark Received at the Lessons of Physical Culture on Indices of Physical Condition of Children of Junior School Age. The article presents information on development scale of marks received at lessons of Physical Education at junior school. We have presented the results of influence of physical culture lessons on the level of physical health of junior schoolchildren. We have also conducted the comparative analysis of influence of quantitative and verbal rating of educational achievements of junior schoolchildren and their influence on functional indices of organism, results of physical preparation, physical efficiency, level of physical health and school motivation to practicing physical exercises among junior schoolchildren.

Key words: junior schoolchildren, physical health, mark.