

шения эффективности управления процессом физического воспитания мужчин на основе СУБД MS Access разработана база данных «Календарь тренировок». Она состоит из заставки, главной страницы, таблиц и предусматривает добавление и редактирование данных, а также анализ информации за определенный период. Дополнительная информация представлена в пяти таблицах: «Календарь тренировок», «Параметры нагрузки, Список упражнений», «Фамилия» и «Антропометрические показатели». Использование базы данных в процессе физкультурно-оздоровительных занятий позволит не только решить вопрос оптимизации физических нагрузок, но и наблюдать динамику антропометрических показателей занимающихся и анализировать полученную информацию с целью коррекции программ тренировок.

Ключевые слова: физическое воспитание, первый зрелый возраст, мужчины, силовые упражнения, базы данных.

Vitalij Usychenko. The use of Database Technology in Physical Education of the Men in First Mature Age.

National university physical education and sports of Ukraine. The data from the literature on the use of modern fitness technology in the physical culture & health exercises of the men in first mature age have been analyzed. The experience of databases using in sports training of high skilled bodybuilders have been studied. The database «Calendar of training» was developed on the basis of MS Access application to enhance the management of men's physical education process. This database consists of a title and home page, tables and provides adding and editing data, and analysis of information for a certain period. Additional information is available in five tables: «Calendar of training», «Load parameters, List of exercises», «Surname» and «Anthropometric indicators». Using a database in the process of physical culture & health exercises will not only to solve the problem of optimization of physical load, but also to observe the dynamics of men's anthropometric parameters and analyze the information in order to correct training programs.

Key words: physical education, the first mature age, men, strength training, databases.

УДК 37.037

Юрій Цюпак, Олександр Майло, Володимир Олещук

Стан упровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Науково обґрунтована загальна концепція національного виховання підростаючого покоління [1; 3; 5] вимагає пошуку шляхів її реалізації в усіх виховних сферах, зокрема в навчальних закладах. Ураховуючи те, що майже всі діти задіяні в навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл, доцільно саме на цю ланку державної освіти спрямувати основні зусилля для розробки ефективних методик навчання учнів. Особливо плідною буде реалізація положень національної системи виховання в початковій школі, оскільки, як зазначають фахівці [2; 3], у молодшому шкільному віці створюються найкращі передумови для формування в дітей складнокоординованих рухів, які проявляються під час рухливих ігор. Усе це вимагає уваги до навчально-виховного процесу молодших школярів, зумовлює необхідність вибору ефективних шляхів розв'язання навчальних завдань у початкових класах.

Науковці [2; 4; 7] стверджують, що провідне місце в житті молодших школярів займають навчальна та ігрова діяльність. У дослідженнях [2; 4; 6] указується на доцільність поєднання навчання з ігровою діяльністю, підтверджується ефективність ігор і забав у навчальній діяльності з фізичного виховання. Тому потрібно шукати способи ефективного застосування цих фізичних вправ для розв'язання завдань фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

У своїх працях науковці [5; 6] зазначають, що національна система виховання повинна ґрунтуватися на засадах родинного виховання, етнопедагогіки, передової науково-педагогічної думки й уключати в себе ті компоненти, які відповідають традиціям і звичаям українського народу, перспективам його розвитку, матеріальним та духовним цінностям і характеризуються єдністю, цілісністю, взаємозалежністю та взаємозв'язком усіх цих складників.

Розглядаючи українську народну фізичну культуру як цілісну систему фізичного виховання підростаючого покоління, науковці вказують на необхідність дослідження її засобів, тобто тих традиційних непрофесійних видів рухової активності українців, які позитивно впливали на природний розвиток людини, її пристосування до умов навколишнього середовища, підготовки до трудової діяльності та військової справи.

На підставі етнографічних розвідок XIX–XX ст. фахівці [1; 5; 6] у своїх працях узагальнили й систематизували велику кількість народних ігор, не змінюючи при цьому їх опис. Сьогодні фізичне виховання школярів відбувається в інших, відмінних від описаних в етнографічних матеріалах умовах. Тому актуальною проблемою виступають пошук і наукове обґрунтування таких способів застосування народних ігор у навчально-виховному процесі школярів, які б відповідали прийнятним у теорії й практиці фізичного виховання методичним вимогам.

Як зазначають фахівці [2; 3; 4], рухові ігри позитивно впливають як на фізичний, так і на психічний розвиток дитини. Слід відзначити, що ефективність впливу українських народних ігор на розвиток фізичних якостей дітей молодшого шкільного віку підтверджена низкою наукових досліджень. Водночас стан упровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку вивчено недостатньо, що вказує на актуальність цього дослідження.

Мета дослідження – вивчення стану впровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу та обґрунтування отриманих результатів дослідження. Для визначення стану впровадження українських народних ігор у практику фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку нами розроблено анкету для вчителів фізичної культури, які проводять уроки фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку. Завдання такого опитування – вияснити, яке місце займають українські народні ігри у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку та які чинники на це впливають.

Зі 100 поширених серед педагогів анкет повернено 25. Після додаткових запитів до респондентів, котрі не повернули анкети, найчастішою була відповідь, що вони не можуть заповнити анкети через недостатній рівень знань у цій сфері. Отже, можна вважати що 75 % респондентів оцінюють свої знання, пов'язані із застосуванням українських народних ігор, як дуже погані.

Серед респондентів, які заповнили анкети, був 21 (84 %) учитель, двоє (8%) старших учителів, двоє (8 %) вчителів-методистів. У 21 (84 %) респондента – вища освіта, в одного – незакінчена вища й у трьох – середня спеціальна. У шести (24 %) опитаних стаж роботи менше п'ять років, у чотирьох (16 %) – від п'яти до 10, у восьми (32 %) – від 11 до 20 і в семи (28 %) респондентів стаж роботи – понад 20 років.

Широке впровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку 24 % респондентів оцінюють як «дуже потрібні», 72 % – як «потрібні», 4 % досліджуваних не визначилися щодо цього питання. Слід відзначити, що ніхто з респондентів не вважає впровадження народних ігор непотрібним.

Отже, 96 % досліджуваних висловилися за впровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку. Аргументами такого вибору, на їхню думку, є позитивний вплив українських народних ігор на зміцнення здоров'я, загартування дітей; гармонійний розвиток (фізичний, розумовий, духовний); збагачення знаннями з народознавства, історії; пізнання звичаїв і традицій українського народу; виховання дітей на національній основі (патріотичне й національне); урізноманітнення програми з фізичного виховання; підвищення в школярів інтересу до занять фізичною культурою; стимулювання навчальної діяльності учнів.

Розглядаючи різні форми фізичного виховання, 88 % респондентів вважають, що українські народні ігри можна успішно застосовувати на уроках фізичної культури, 68 % – у спеціально організованих спортивних секціях, 80 % – під час самостійних занять.

12 % досліджуваних сумніваються в ефективності українських народних ігор на уроках, 24 % респондентів – у спеціально організованих спортивних секціях, 20 % – під час самостійних занять фізичною культурою.

Крім того, 8 % опитаних вважають українські народні ігри неефективними для проведення в спеціально організованих спортивних секціях.

Серед учителів фізичної культури одна (4 %) зазначає, що у своїй роботі використовує українські народні ігри дуже часто, 21 (84 %) – часто, троє (12 %) – рідко.

Українські народні ігри для розвитку фізичних якостей застосовують 22 (88 %) респонденти, рухових дій – 20 (80 %), а з виховною метою – 19 (76 %) опитаних, для пізнання національних традицій, звичаїв та обрядів – 20 (80 %) досліджуваних, для формування мотивації до занять фізичними вправами – 22 (88 %).

Один респондент, який оцінив свої знання як «дуже добрі», у своїй практиці застосовує 20 українських народних ігор. Із 21 вчителя фізичної культури, які оцінили свої знання як «добрі», один у роботі з дітьми застосовує понад 40 українських народних ігор, два респонденти – більше

30 українських народних ігор, п'ятеро – понад 20 українських народних ігор, дев'ять респондентів – 10–20 українських народних ігор і чотири – не висловилися щодо цих питань. Із трьох учителів фізичної культури, які оцінили свої знання як «задовільні», два респонденти в роботі з дітьми застосовують 10–15 українських народних ігор, один не висловився з цих питань.

Ураховуючи все це, на нашу думку, очевидно, що серед учителів в одного (4 %) респондента рівень знань щодо українських народних ігор можна оцінити як «дуже добрий», у восьми (32 %) – як «добрий», в 11 (44 %) – «задовільний» і в п'яти (20 %) – «поганий» (рис. 1).

Отже, серед учителів лише в 36 % респондентів рівень знань щодо українських народних ігор можна оцінити як дуже добрий і добрий, у 44 % досліджуваних – як задовільний та у 20 % – поганий.

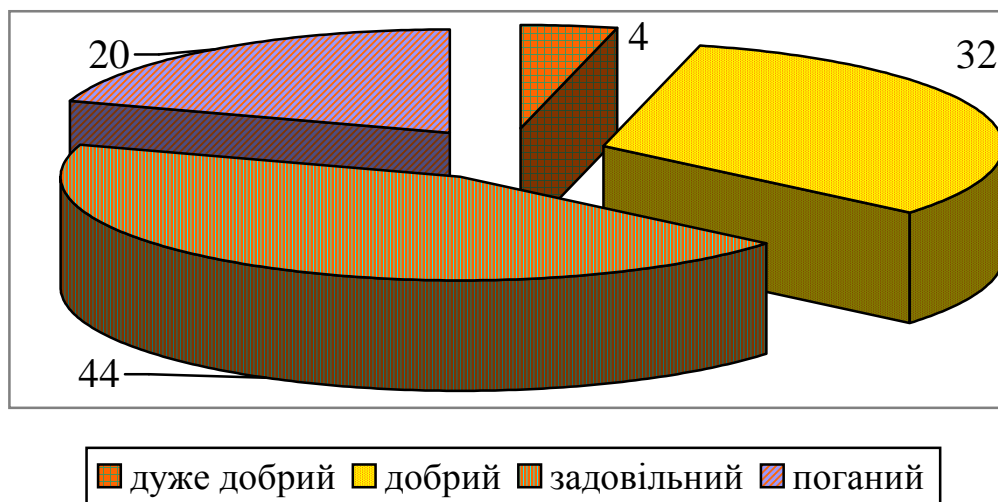


Рис. 1. Рівень знань учителів щодо застосування українських народних ігор у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку, %

Поясненням такої низької обізнаності фахівців з українських народних ігор може бути відсутність у них спеціальної літератури, у якій звертається увага на ці фізичні вправи. Так, лише 11 учителів указали, що користуються збірками, у яких описано українські народні ігри й забави. Здебільшого це збірки П. Яланського «А я квача не боюся», Е. Вільчовського «Рухливі ігри», Н. Андрощука «Рухливі ігри та естафети молодших школярів», О. Кругляка «Рухливі ігри та естафети в школі», А. Демчишина «Рухливі і спортивні ігри в школі». Один із респондентів указав, що впроваджує місцеві народні ігри, записані зі слів старших людей. Багато досліджуваних зазначили, що користуються методичними розробками, але не конкретизували їх. Водночас значна кількість фахівців вважає, що немає літератури, у якій би висвітлювалися ці питання і якими б можна було користуватися у роботі з дітьми.

Отже, збірки, журнали, навчальні посібники, у яких подаються описи українських народних ігор, поширені серед фахівців у недостатній кількості, що стримує впровадження цих фізичних вправ у шкільну практику.

На уроках фізичної культури респонденти найчастіше використовують такі ігри, як «Котик і мишка», «Гуси», «Ітахи і зозуля», «Жабки», «Горобці і котик», «Вовк у рові», «Вовк і коза», «Зайці на городі», «Бій півнів», «Запорожець на Січі», «Ріпка», «Варена ріпка», «Мак», «Огірочки», «Кривенька Качечка»

Потрібно відзначити, що багато вчителів застосовують одну й ту саму гру для розв'язання різних за своїм спрямуванням завдань, що вказує або на непродуманість відповідей, або на недостатній рівень обізнаності педагогів із цих питань.

Висновки. Узагальнення матеріалів дослідження дає підстави стверджувати, що стан упровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку перебуває на низькому рівні, що вказує на недостатність поширення науково-методичної літератури з проблеми застосування українських народних ігор серед учителів фізичного виховання.

На нашу думку, ефективнішого застосування українських народних ігор у навчально-виховному процесі дітей молодшого шкільного віку можна досягти за рахунок докладніших знань учителів про традиції українського народу, що вказує на необхідність розробки методичних посібників із питань використання українських народних ігор у шкільній практиці.

Джерела та література

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку / Е. С. Вільчковський. – Львів : ВНТЛ, 1998. – 336 с.
2. Вольчинськой А. Я. Педагогічні умови застосування українських народних ігор у фізичному вихованні дітей 5–6 років : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. Я. Вольчинськой. – Луцьк, 1998. – 16 с.
3. Карачевська Н. В. Навчально-ігрове середовище як важливий чинник виховання емоційно-вольових якостей молодших школярів на уроках фізичної культури : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. В. Карачевська. – Львів, 2007. – 21 с.
4. Левків В. І. Використання засобів української народної фізичної культури у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. І. Левків. – Луцьк, 1998. – 16 с.
5. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави / Є. Приступа, О. Слімаковський, М. Лук'янченко // методологія теорія і практика. – Дрогобич : ТзОВ «Вимір», 1999. – 449 с.
6. Цьось А. В. Українські народні ігри та забави / А. В. Цьось. – Луцьк : Надстир'я, 1994. – 96 с.

Анотації

У статті розглянуто питання вивчення стану впровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку. Розглядаючи українську народну фізичну культуру як цілісну систему фізичного виховання підрастаючого покоління, науковці вказують на необхідність дослідження її засобів, тобто тих традиційних непрофесійних видів рухової активності українців, які позитивно впливали на природний розвиток дитини. Із цією метою розроблено анкету для вчителів фізичної культури, які проводять уроки фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку. Установлено, що стан упровадження українських народних ігор у фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку перебуває на низькому рівні й указує на необхідність розробки методичних посібників із питань використання українських народних ігор у шкільній практиці.

Ключові слова: українські народні ігри, діти молодшого шкільного віку, фізичне виховання.

Юрий Цюпак, Александр Маило, Владимир Олешук. Состояние внедрения украинских народных игр в физическое воспитание детей младшего школьного возраста. В статье рассматривается исследование состояния реализации украинских народных игр в области физического воспитания детей младшего школьного возраста. Рассматривая украинскую народную физическую культуру как целостную систему физического воспитания подрастающего поколения, исследователи указывают на необходимость изучения его методов, т. е. тех традиционных непрофессиональных видов двигательной активности украинцев, которые положительно влияют на естественное развитие ребенка. Для этой цели мы разработали вопросник для учителей физической культуры, которые ведут уроки физической культуры с детьми младшего школьного возраста. Установлено, что состояние реализации украинских народных игр в области физического воспитания детей младшего школьного возраста находится на низком уровне и указывает на необходимость разработки руководства по вопросам использования украинских народных игр в школьной практике.

Ключевые слова: украинские народные игры, дети младшего школьного возраста, физическое воспитание.

Yuriy Cyupak, Alexander Mailo, Vladimir Oleshuk. The State of Introduction of the Ukrainian Folk Playing Physical Education of Children of Midchildhood. In the article the research of the state of realization of the Ukrainian folk games in area of physical education of children of midchildhood is examined. Studying Ukrainian folk physical culture as integral system of physical education of rising generation, researchers specify on the necessity of study of methods, i.e. those traditional amateurish types of motive activity of Ukrainians which positively influence on natural development of child. For this purpose we worked out a questionnaire for the teachers of physical culture, which conduct the lessons of physical culture with the children of midchildhood. It is set that the state of realization of the Ukrainian folk games in area of physical education of children of midchildhood is at low level and specifies on the necessity of development of guidance on questions of the use of the Ukrainian folk games in school practice.

Key words: the Ukrainian folk games, children of midchildhood, physical education.