

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність і доцільність дослідження. Проблеми вдосконалення системи фізичного виховання учнівської молоді набувають особливої актуальності в нових соціально-економічних умовах. На їх розв'язанні наголошують державні національні програми „Освіта” („Україна ХХІ століття”), „Фізичне виховання – здоров'я нації”, закони України „Про освіту”, „Про фізичну культуру і спорт”, „Концепція виховання особистості в умовах розвитку української державності”, Указ президента України „Про заходи щодо розвитку духовності, захисту моралі та формування здорового способу життя громадян”, „Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті”.

Необхідність фундаменталізації, прогностичності, відкритості фізкультурної освіти окреслена в документах Міжнародного комітету з освіти ЮНЕСКО, Всесвітньої охорони здоров'я, Ради Європи, Болонського процесу.

Особливої значущості розв'язання означених проблем набуває у специфічних умовах інтенсифікації навчального процесу ліцеїв та гімназій, що викликає перенапругу фізіологічних систем учнів, зняти яку у спромозі систематичні заняття фізичними вправами. Фізіологічний механізм цього явища глибоко й ретельно вивчено за допомогою електрофізіологічних методів Ю.Пратусевичем, розвинено й підтверджено результатами психолого-педагогічних досліджень М.Антропової, О.Гужаловського, Г.Мейксона, Л.Михайлова, В.Рубана та ін.

Питанням вивчення функціонального стану учнів ліцеїв та гімназій присвячені роботи Т.Гнітецької, Н.Гребняка, В.Машиністова, В.Єрмакова, Л.Завацької, І.Ляхової, В.Семенюка, Т.Прокуди, О.Філінкової та ін.

Великий обсяг денного і тижневого навантаження учнів ліцеїв та гімназій, – стверджують вони, – призводить до систематичного накопичення втоми, що негативно відбивається на загальному стані здоров'я вихованців. Тому питання про відновлення їх розумової і фізичної працездатності, підтримання здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку стає надзвичайно актуальним.

Цільовою комплексною програмою “Фізичне виховання – здоров'я нації” передбачено проведення в закладах освіти трьох уроків фізичної культури на тиждень, бо, як свідчить практика, два обов'язкових уроки не задовольняють потреб організму в руховій активності. Однак, за даними досліджень О.Качерова, І.Козетова, Ю.Тупиці, збільшення обсягу рухової активності учнів навіть за рахунок третього уроку фізичної культури не забезпечують номінальну біологічну потребу організму в рухах.

Необхідні пошуки і впровадження нових ефективних форм і методів фізичного виховання школярів у закладах освіти взагалі і в ліцеях та гімназіях, зокрема.

До таких форм, спрямованих саме на активне фізичне самовдосконалення, дослідники В.Бальсевич, О.Гурман, Л.Іващенко, Н.Страпко, В.Кудряшов, Є.Кудряшова, О.Леонов, С.Меркулов, О.Морозов, В.Столяров, Н.Кудрявцева, Б.Шиян відносять гурткові, секційні, самостійні позакласні заняття школярів. На

важливості позакласної роботи з фізичного виховання, у процесі якої вирішуються проблеми рухової активності учнів за допомогою фізкультурно-оздоровчих форм, наголошують дослідники О.Борисенко, С.Цвек, Л.Головіна, Ю.Копилов, В.Левицький, В. Шурухіна та ін. Ефективність сучасних оздоровчих засобів, спрямованих на удосконалення позакласної роботи з фізичного виховання, підтверджена дослідженнями М.Дубовіса, Т.Нестерової, Н. Овчинникової, В.Сосіної. У роботах О.Кругляка, О.Куца, В.Леонової, В.Ружиля, Є.Сарапулової, Г.Панченка, А.Цюся простежується думка про важливість та актуальність використання народних українських ігор у межах позакласної роботи з фізичного виховання. Питанням удосконалення позакласної роботи з фізичного виховання шляхом упровадження засобів олімпійської освіти присвячені роботи Я.Біллі, Г.Полікарпової.

Отже, досліджувана проблема охоплює широкий спектр питань. Проте, як свідчить аналіз наукової літератури і практичної діяльності ліцеїв та гімназій, фізичне виховання старшокласників у процесі позакласної роботи лишилось поза увагою дослідників.

Істотні переваги та специфічні можливості, які закладені в позакласній роботі з фізичного виховання, сприяючи поліпшенню розумової працездатності, фізичної підготовленості, рухової активності й розвитку особистості в цілому, не отримали належного висвітлення, оцінки і теоретичного обґрунтування, що негативно позначається на практиці фізичного виховання учнівської молоді.

Вищеозначене, а також наявність протиріччя між соціальним замовленням суспільства на підготовку фізично здорової, талановитої, обдарованої учнівської молоді і складністю досягнення цього в умовах інтенсивних розумових перевантажень учнів ліцеїв та гімназій зумовило вибір теми дисертаційного дослідження: „**Фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі**”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дослідження є складовою загальноуніверситетської комплексної науково-дослідної теми Херсонського державного університету “Актуальні проблеми підготовки вчителів сучасної школи”. Реєстраційна карта держреєстрації 0198U007532. Тема дисертаційного дослідження затверджена Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології в Україні (протокол № 5 від 20.06.2000 року)

Об'єкт дослідження – фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій.

Предмет дослідження – організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Мета дослідження – виявити сутність, зміст, особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити організаційно-педагогічні умови, що забезпечують його ефективність.

В основу дослідження покладено **гіпотезу**: ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі може бути забезпечена за таких організаційно-педагогічних умов:

- формування у старшокласників ліцеїв та гімназій позитивного ставлення до занять фізичною культурою в позакласній роботі;
- систематичного використання в навчально-виховному процесі освітньо-виховних можливостей міжпредметних зв'язків профільних дисциплін у ліцеях та поглиблених курсів навчання в гімназіях;
- набуття старшокласниками необхідного досвіду фізичного самовдосконалення у процесі позакласної роботи;
- упровадження ефективних форм позакласної роботи в цілісну систему фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій;
- підготовки вчителів до проведення позакласної роботи з фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій.

Відповідно до поставленої мети і висунутої гіпотези визначено такі **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії та практиці.
2. Виявити особливості організації фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.
3. Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити організаційно-педагогічні умови, що забезпечують ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.
4. Розробити науково обґрунтований навчально-методичний комплекс щодо фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у процесі позакласної роботи.

Методологічною основою дослідження є основні положення теорії наукового пізнання; системно-структурний підхід, що передбачає системний аналіз сутності виховного процесу, цілісність розгляду об'єкта, виявлення специфіки, взаємозумовленості та взаємозв'язку його складових частин; теорії особистісно орієнтованого підходу в навчанні та вихованні; принципи єдності свідомості й діяльності, взаємозв'язку теорії та практики, гуманізму і демократизму освіти; концептуальні положення щодо цілісності й наступності змісту навчального матеріалу з основ фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах, зокрема ліцеях та гімназіях.

Теоретичною основою дослідження є концептуальні положення філософії освіти XXI століття (В.Андрущенко, В.Кремень, В.Лунай та ін.); досліджень науковців у галузі педагогіки та психології щодо питань особистісно-орієнтованого виховання; положень про цілісність виховного процесу та роль позакласної роботи в системі виховання (І.Бех, С.Гончаренко, О.Киричук, А.Макаренко, Ю.Мальований, В.Лозова, В.Рибалка, В.Сухомлинський, Т.Сущенко, К.Ушинський, М.Фіцула та ін.); психолого-педагогічні теорії становлення, розвитку ліцеїв і гімназій та організації навчально-виховного процесу в цих закладах (В.Алфімов, В.Бобров, М.

Босенко, О.Борисов, Л.Карамушка, Г.Сазоненко, В.Сгадова, В.Чижевський, Я.Цехмістер та ін.).

У процесі розробки й складання програми наукового пошуку враховувалися результати досліджень у галузі теорії та методики фізичного виховання (М.Булатова, Л.Волков, О.Вацеба, Е.Вільчковський, О.Демінський, Л.Кофман, Т.Круцевич, В.Куц, П.Лесгафт, Л.Матвеев, В.Столяров, Л.Сущенко, А.Цюсь, Б.Шермет, Б.Шиян та ін.).

Законодавчу базу дослідження становлять Конституція України, Закони України „Про освіту”, „Про загальну середню освіту”, „Про фізичну культуру і спорт”, „Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті”, Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні, затверджена Указом Президента України від 22.06.1994 р. № 334/94, Цільова комплексна програма “Фізичне виховання - здоров’я нації”, Державний стандарт базової і повної середньої освіти, затверджений Кабінетом Міністрів України від 14.01.2004 р. щодо реалізації положень та завдань Державної програми розвитку освітньої галузі „Здоров’я і фізична культура” на 2004-2010 рр., „Концепція фізичного виховання в системі освіти України”, „Концепція національного виховання”, Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів „Основи здоров’я і фізична культура”, а також нормативні документи Міністерства освіти і науки України з питань фізичного виховання, організації та діяльності ліцеїв і гімназій.

Джерельна база дослідження: літературні джерела з досліджуваної проблеми (монографії, збірники наукових праць, підручники, навчальні посібники, матеріали наукових конференцій), докторські й кандидатські дисертації та їх автореферати, нормативні документи та матеріали з фізичного виховання, навчальні плани і програми з основ здоров’я і фізичної культури, інструкції про організацію та діяльність ліцеїв та гімназій, публікації в періодичних виданнях.

На різних етапах дослідження використовувався **комплекс методів**, адекватний меті й завданням:

– **теоретичні** – вивчення психолого-педагогічної літератури та навчально-методичних джерел з проблем фізичного виховання в системі педагогічної освіти, ознайомлення з нормативними документами Міністерства освіти та науки України; узагальнення результатів аналізу основних напрямів, форм позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях, теоретичних і дослідних даних, що дали змогу систематизувати теоретичні матеріали з досліджуваної проблеми;

– **емпіричні** – вивчення та узагальнення досвіду фізичного виховання в загальноосвітніх закладах різного типу, аналіз та узагальнення власного педагогічного досвіду вчителя фізичної культури, анкетування, тестування, інтерв’ювання учителів фізичної культури та інших працівників ліцеїв і гімназій, що дозволило сформувати необхідну інформаційну базу вивчення стану проблеми на практиці та обґрунтувати організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі;

– **експериментальні** – педагогічний експеримент (констатуючий і формуючий) сприяв дослідженню реального стану та особливостей фізичного виховання старшокласників у специфічних умовах ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, здійсненню експериментальної перевірки організаційно-педагогічних умов, що забезпечують ефективність фізичного виховання;

– **статистичні** – здійснення кількісної та якісної обробки й вивчення ефективності реалізованих організаційно-педагогічних умов фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Організація дослідження. Дослідження здійснювалося в чотири етапи протягом 1994-2004 років.

На першому етапі (1994-1997 рр.) – теоретико-діагностичному – теоретично осмислено проблему фізичного виховання в позакласній роботі ліцеїв та гімназій, вивчено стан її дослідження у філософській, психологічній, педагогічній літературі. Розроблено програму і методики дослідження, обгрунтовано гіпотезу, сформульовано мету і завдання, об'єкт, предмет дослідження, окреслено програму подальшої дослідної роботи.

На другому етапі (1997-2000 рр.) – аналітико-пошуковому – уточнено й скоректовано методики експериментальної роботи та гіпотезу дослідження, проведено констатуючий експеримент, що характеризував ефективність фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій; здійснено узагальнення основних експериментальних даних у теоретичному і прикладному (методичному) аспектах.

На третьому етапі (2000-2003 рр.) – формуючому – здійснено експериментальну перевірку організаційно-педагогічних умов фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; проведено порівняльний аналіз одержаних експериментальних даних; підготовлено навчально-методичний комплекс з питань фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

На четвертому етапі (2003-2004 рр.) – узагальнюючому – проаналізовано матеріали формуючого експерименту, здійснено систематизацію одержаних результатів та їх узагальнення, завершено оформлення дисертації в цілому.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота здійснювалась протягом 1994-2003 рр. в Академічному ліцеї при Херсонському державному університеті, обласному ліцеї, гімназіях №№ 6,20 м. Херсона, а також у загальноосвітніх середніх школах № 24, 47, 56 м. Херсона.

Усього науково-дослідною роботою було охоплено 507 респондентів (з них – 73 педагоги і 434 старшокласників загальноосвітніх навчальних закладів, у тому числі 15 - учителів фізичної культури і 324 старшокласники ліцеїв та гімназій.

Наукова новизна здобутих результатів: **уперше** обгрунтовано організаційно-педагогічні умови, які в єдності і взаємозв'язку сприяють підвищенню ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; здійснено відбір змісту фізичного виховання

старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; **вдосконалено** критерії та показники вимірів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; **подальшого розвитку набули** положення про роль, функції та особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Теоретичне значення роботи полягає у виявленні особливостей організації фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; визначенні сутності, основних напрямів та форм позакласної роботи з фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій; обґрунтуванні організаційно-педагогічних умов, необхідних для забезпечення ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробці навчально-методичного комплексу з питань фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі: навчально-методичного посібника для вчителів фізичної культури “Організація позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях (9-11 кл.)”, орієнтовно-тематичного плану і програми спецкурсу для студентів факультетів фізичного виховання та спорту “Теоретико-методичні основи позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях”, який може бути безпосередньо використаний у системі діяльності ліцеїв та гімназій, у процесі професійної підготовки майбутніх учителів до проведення визначеної роботи, а також у процесі підвищення кваліфікації вчителів.

Сформульовані в дисертації положення та висновки можуть бути використані в лекційних курсах з теорії та історії педагогіки, теорії і методики фізичного виховання, створенні спеціалізованих курсів, навчальних посібників.

Особистий внесок автора полягає в узагальненні теоретичних положень, що характеризують особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; розробці, теоретичному обґрунтуванні та практичній реалізації навчально-методичного комплексу, спрямованого на удосконалення фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

У працях, написаних у співавторстві, автору належить аналіз теорії та практики фізичного виховання учнів ліцеїв та гімназій, основних напрямів та форм позакласної роботи з фізичного виховання у практиці діяльності ліцеїв та гімназій.

На всіх етапах наукового пошуку автор, здійснюючи педагогічну діяльність учителя фізичної культури, особисто брав участь в організації та проведенні педагогічного експерименту, впровадженні отриманих результатів

Вірогідність результатів дослідження та основних висновків забезпечено методологічною обґрунтованістю їх вихідних теоретичних положень; застосуванням комплексу взаємодоповнюючих методів

дослідження, що відповідають меті та завданням дослідження, його об'єкту і предмету; об'єктивним науковим аналізом теоретичного матеріалу, законодавчих документів та навчально-методичної документації навчальних закладів; кількісним і якісним аналізом емпіричного матеріалу; результатами педагогічного експерименту.

Апробація та впровадження результатів дослідження. Основні положення, результати дисертаційного дослідження обговорено на Міжнародних науково-практичних конференціях “Краєзнавство і туризм: освіта, виховання, стиль життя” (м.Херсон, 2002), “Молода спортивна наука України” (м.Львів, 2003); Всеукраїнських регіональних наукових та науково-практичних конференціях “Розвиток творчого потенціалу майбутніх учителів початкових класів” (м.Херсон, 2002), “Формування здорового способу життя студентської молоді: реалії та перспективи (м.Полтава, 2002). На різних етапах дослідження його результати обговорювалися і були схвалені на засіданнях кафедри педагогіки та психології Херсонського державного університету (1999-2004 рр.).

Теоретичні положення, висновки та методичні рекомендації впроваджені в навчально-виховний процес Академічного ліцею при Херсонському державному університеті (довідка 122/1 від 3.06.2004р.), Херсонських шкіл-гімназій №6, №20, Обласного ліцею (довідка № 626 / 01-18 від 24.06.2004р.), факультету фізичного виховання і спорту Херсонського державного університету (довідка № 03-11/732 від 29.06.2004р.); у навчальний процес Південноукраїнського регіонального інституту післядипломної освіти педагогічних кадрів (довідка № 01-7/155 від 24.06.2004р.); у навчально-виховний процес Ізмаїльського регіонального педагогічного ліцею (довідка № 128 від 24.05.2004р.), ліцею „Педагог” м. Миколаєва (довідка № 150/1 від 7.05.2004р.),

Результати дослідження відображено у 10 друкованих працях (серед них – 7 одноосібних) у тому числі, 6 статей - у фахових журналах і збірниках. З метою розповсюдження та впровадження у практику фізичного виховання результатів дослідження, частина матеріалів опубліковано у вигляді навчально-методичного посібника, що використовується у роботі вчителями фізичної культури закладів освіти, а також майбутніми вчителями Херсонського державного університету.

Структура дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Повний обсяг дисертації – 246 сторінок машинописного тексту, з них основна частина роботи викладена на 174 сторінках. Робота містить 25 таблиць, 3 схеми, 3 діаграми. Додатки в кількості 8 викладено на 46 сторінках. У дисертації використано 282 наукових джерел, обсяг який складає 25 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано вибір, актуальність і ступінь наукової розробки обраної теми, визначено об'єкт, предмет, мету, сформульовано гіпотезу,

завдання, охарактеризовано теоретико-методологічні основи організації дослідження, його джерела, методи та етапи, наукову новизну, теоретичне та практичне значення одержаних результатів, подано відомості щодо апробації й впровадження результатів дослідження та бази дослідно-експериментальної роботи.

У першому розділі „Фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій як педагогічна проблема” здійснено аналіз проблеми фізичного виховання в педагогічній літературі, охарактеризовано особливості фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій, що зумовлені специфікою діяльності названих закладів.

Проблема фізичного виховання має глибокі історичні та соціальні корені. В основу дослідження покладено систему поглядів видатних філософів і педагогів минулого – Я.Коменського, Дж.Локка, Ж.-Ж.Руссо, П.Лесгафта, А.Макаренка, В.Сухомлинського.

Для нашого дослідження важливою є думка П.Лесгафта про те, що фізичні вправи мають бути обов’язково щоденними і проводитись у повній відповідності з розумовими навантаженнями.

Усе цінне, вироблене в історії педагогічної думки, знайшло свій подальший розвиток у працях сучасних учених М.Булатової, Е.Вільчковського, Л.Волкова, О.Демінського, О.Дубогай, Т.Круцевич, Ю.Куралешина, О.Куца, Л.Матвєєва, В.Петровського, Є.Пристапи, А.Ровного, Л.Сергієнка, Б.Шеремета, Б.Шияна, А.Цюся та ін.

Відзначено, що фізичне виховання - це складовий компонент цілісної системи виховання, спрямований на створення оптимальних умов для розвитку фізично здорового організму людини, вироблення санітарно-гігієнічних умінь та навичок, виховання волі та спритності, формування турботи про власне здоров’я. Поряд з цим, фізичне виховання – це самостійна, цілісна, складна і багатогранна система, ефективність діяльності якої обумовлюється комплексним підходом як діалектичним взаємозв’язком єдності та взаємообумовленості його завдань і системи узгоджених впливів на особистість.

Важливим для подальшого розуміння сутності фізичного виховання в контексті проблеми дослідження є осмислення сучасного трактування основних категорій теорії фізичного виховання, а саме: системи фізичного виховання, фізичної культури, фізичного розвитку, фізичної підготовленості, які проаналізовано в розділі і представлено у вигляді таблиці „Лінгвістичне забезпечення фізичного виховання в системі освіти України”.

Здійснений аналіз проблеми фізичного виховання в ліцеях та гімназіях дозволив визначити роль і місце фізичного виховання в загальній системі навчально-виховного процесу цих навчальних закладів, зумовлених їх функціональними особливостями.

Відзначено, що характерною рисою навчання в ліцеях та гімназіях є значна інформаційна насиченість навчального процесу, що перевищує її обсяг у загальноосвітній школі на 20-30%; інтенсифікація навчання шляхом збіль

шення щільності занять досягає тут 91,4% (порівняно з 85% - у загальноосвітніх школах), висока моторність занять сягає 6-7 видів операцій (порівняно з 3-4 – у загальноосвітніх школах).

Цільова установка ліцеїв та гімназій на поглиблене навчання учнів з наступним його продовженням у вузі призводить до загального високого розумового навантаження, результатом якого є систематичне накопичення стомлення, що супроводжується апатією, в'ялістю та негативним впливом на загальний стан здоров'я учнів, мінімальний руховий режим яких збільшує небезпечність гіподинамії. Ці прояви, як стверджують результати теоретичних досліджень В.Єрмакова, О.Копилова, М.Максимова, можна значно зменшити шляхом більш ефективної організації фізичного виховання.

Однак, фізичні навантаження, які сприяють більш швидкому відновленню розумової працездатності, підвищенню рівня та якості переробки навчальної інформації учнів, відбуваються в основному під час проведення уроків фізичної культури в ліцеях та гімназіях, на які відводиться 2-3 години на тиждень, що недостатньо для зняття перенапруги фізіологічних систем учнів.

Необхідні пошуки ефективних змісту, форм і методів фізичного виховання, яке у специфічних умовах діяльності ліцеїв та гімназій має бути спрямоване, понад усе, на підвищення рухової активності учнів, що сприяє зняттю розумових перевантажень і відновленню їх фізіологічних систем.

Встановлено, що однією з таких форм є позакласна робота з фізичного виховання.

У другому розділі „Теорія та практика позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях” аналізуються сутність, зміст, форми, методи позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях; подаються результати діагностичного та констатуючого етапів педагогічного експерименту.

Теоретичний аналіз наукових досліджень І.Беха, С.Гончаренка, В. Новосельського, В.Постового, Л.Хлебникової, К.Чорної з проблем позакласної виховної роботи, а також Г.Богданова, Ю.Бокарева, Л.Гурмана, О.Леонова, Б. Мінаєва, Б.Шияна з питань позакласної роботи з фізичного виховання дав змогу окреслити характерні підходи до її науково-педагогічного визначення, розкрити сутність, особливості та можливості позакласної роботи в розв'язанні завдань фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій.

Встановлено, що особливості позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях зумовлені:

- специфікою навчально-виховного процесу в означених закладах освіти;
- особливостями позакласної роботи, яка будується на принципах добровільності, ініціативи, самодіяльності вихованців, вільному виборі ними організаційних форм і видів діяльності; варіативністю програм діяльності з урахуванням індивідуальних інтересів, здібностей, рівнів розвитку; нерегламентованістю (як на уроці) тривалості виховного процесу;
- спеціальним складом учнівського контингенту.

Позакласна робота з фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій розглядається автором як процес цілеспрямованого додаткового педагогічного впливу на особистість старшокласників, результатом якого є формування в учнів усвідомленого інтересу до фізичної культури і спорту, підвищення фізичної підготовленості та рухової активності, відновлення розумових сил і фізичної працездатності, а також вирішення завдань естетичного, морального, трудового виховання, високої внутрішньої і зовнішньої культури.

Визначення компонентів позакласної роботи з фізичного виховання (цільового, змістового, операційно-діяльнісного, оцінно-результативного) відображає мету, завдання, основні функції, комплекс педагогічних методів та вибір засобів перевірки й оцінювання результатів діяльності.

У розділі виокремлено основні напрями позакласної роботи з фізичного виховання та форми їх реалізації в умовах ліцеїв та гімназій, а саме:

фізкультурно-оздоровчий, спрямований на зниження або усунення негативних функціональних проявів, що виникають в організмі учнів ліцеїв та гімназій через напружену й підвищену розумову діяльність; **спортивно-масовий**, що спрямовується на формування в учнів усвідомленого інтересу до фізичної культури і спорту, розвиток фізичних якостей у процесі групових занять і масових фізкультурних заходів; **рекреаційно-відновлювальний**, спрямований на відновлення розумових сил, рухової активності, фізичної працездатності старшокласників ліцеїв та гімназій (рис.1).

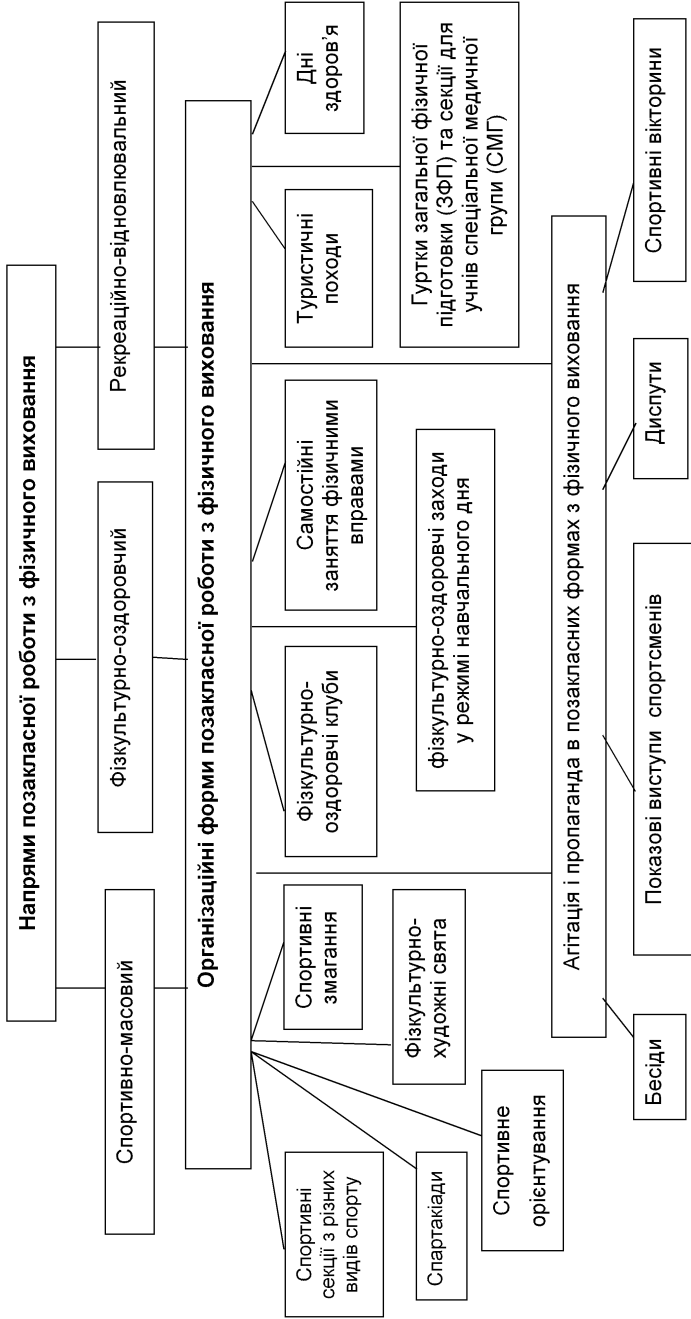
У розділі аналізуються попередні дані експериментального дослідження, одержані у процесі констатуючого експерименту, проведеного на базі шкіл-гімназій №№ 6,20 - I контрольна (80 осіб) та I експериментальна (80 осіб) групи; на базі Академічного ліцею при Херсонському державному університеті та Херсонського обласного ліцею - II контрольна (82 особи) та II експериментальна (82 особи) групи. Усього педагогічним експериментом охоплено 324 респонденти.

Діагностика стану фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі дала змогу обґрунтувати критерії та показники оцінювання ефективності фізичного виховання, до яких віднесено фізичну підготовленість, рухову активність та емоційний стан учнів. Фізична підготовленість характеризує стан фізичного та психічного здоров'я учнів, рівень розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, гнучкості, спритності, витривалості. Рухова активність визначається, по-перше, як фактор, що сприятливо впливає на розвиток фізичних якостей учнів, по-друге, як один з об'єктивних показників їхнього функціонального стану. Емоційний стан відображає рівень сформованості особистісних якостей вихованців: самопочуття, активності, настрою. За розробленими й обґрунтованими критеріями й показниками оцінки ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі визначено три рівні: високий, середній та низький. Отримані у процесі констатуючого етапу експерименту результати засвідчили переважно низький та середній рівні фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій. Це пояснюється:

– недостатнім рівнем залучення старшокласників до фізкультурно-спортивних занять у вільний час;

– низьким рівнем формування в них позитивного ставлення до занять фізичною культурою в позакласній роботі;

**Рис. 1.
Основи
і
напря
и та
органі
з
аційні
форми
позакла
сної
роботи
з
фізично
го
вихова
ння в
ліццях
та
гімназі
ях**



- відсутністю необхідного досвіду самовдосконалення;
- недоліками в підготовці вчителів фізичної культури до проведення позакласної роботи у специфічних умовах ліцеїв та гімназій;
- недостатнім організаційно-педагогічним забезпеченням позакласної роботи з фізичного виховання.

Означені положення враховано в подальшій дослідно-експериментальній роботі, спрямованій на виявлення організаційно-педагогічних умов, що забезпечують ефективність фізичного виховання в позакласній роботі.

У третьому розділі „Організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників у позакласній роботі” обґрунтовано та реалізовано організаційно-педагогічні умови (рис. 2), що забезпечують ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, висвітлено зміст, організацію та методика формуючого експерименту, проаналізовано результати експериментальної роботи.

З метою перевірки ефективності організаційно-педагогічних умов фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі проведено формуючий експеримент, що складався з підготовчого, основного та завершального етапів, на кожному з яких визначались мета, завдання, зміст, здійснювався аналіз експериментальних дослідницьких результатів.

Зазначено, що позитивне ставлення старшокласників ліцеїв та гімназій до занять фізичною культурою в позакласній роботі має формуватися через усвідомлення ними потреби у своєму здоров'ї та його важливості через систематичну цілеспрямовану просвітницьку роботу з проблем фізкультурної й оздоровчої освіченості. У дослідженні доведена ефективність методичних семінарів для учителів профільних дисциплін ліцеїв та поглиблених курсів на вчання гімназій щодо залучення учнів до систематичних занять фізичною культурою в позаурочний час. Для того щоб старшокласники успішно оволоділи практичним досвідом фізичного самовдосконалення, запроваджено практичні заняття, тематичні виставки, щоденники здоров'я. Під час основного етапу формуючого експерименту використано ефективні форми фізичного виховання, а саме: секції з різних видів спорту, фізкультурні гуртки, спортивні клуби за інтересами, спортивне орієнтування, „Малі олімпійські ігри”, „Козацькі забави”, фізкультурно-художні свята з використанням українських народних ігор, змагання з різних видів спорту тощо. У дисертації розкрито методика організації та проведення виховних заходів, спрямованих на ефективність фізичного виховання старшокласників ліцеїв і гімназій у позакласній роботі. У розділі доведена доцільність і продуктивність постійно діючих методичних семінарів для вчителів фізичної культури ліцеїв та гімназій, спрямованих на удосконалення їх підготовки до здійснення позакласної роботи з фізичного виховання у специфічних умовах названих закладів.

На завершальному етапі формуючого експерименту проаналізовано результати експериментальної роботи .

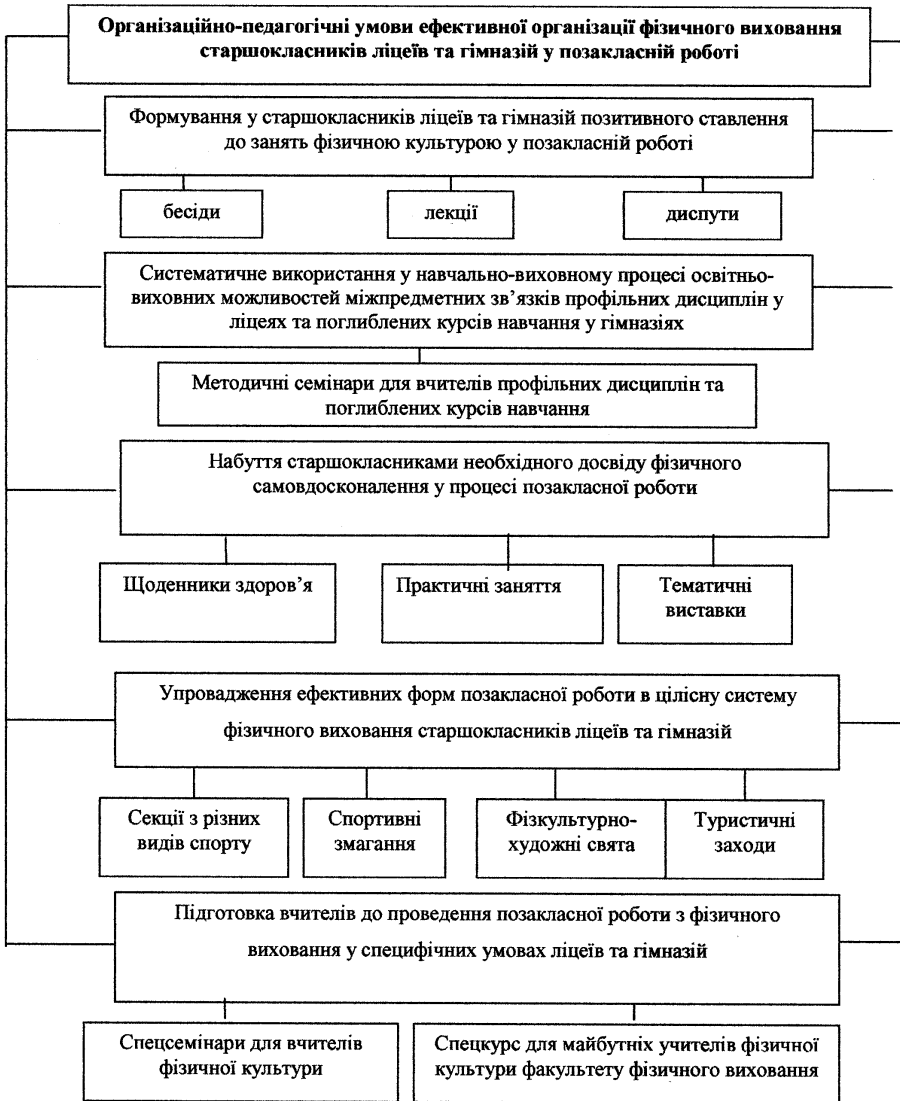


Рис. 2. Організаційно-педагогічні умови фізичного виховання в ліцеях та гімназіях у процесі позакласної роботи та форми їх реалізації

Якщо на констатуючому етапі респонденти як контрольних (І КГ, ІІ КГ), так і експериментальних груп (І ЕГ, ІІ ЕГ) мали переважно низький (відповідно 50%, 54,8 % та 61,2%, 48,8%) рівень ефективності фізичного виховання, то після проведення формуючого етапу цей показник у контрольних групах склав 45,8% – І КГ та 47,9% - ІІ КГ; в експериментальних – 10,8% - І ЕГ та 5,7% - ІІ ЕГ; середній рівень – діагностовано в 45%, 41,5% (І КГ, ІІ КГ) та 36,7%, 49,6% (І ЕГ, ІІ ЕГ) старшокласників, а після формуючого експерименту – відповідно в 48,4%, 47,2% (І КГ, ІІ КГ) та 69,2%, 71,5% (І ЕГ, ІІ ЕГ) старшокласників. Високий рівень ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі на констатуючому етапі експерименту становив 5%, 3,7% (І КГ, ІІ ЕГ) та 2,1%, 1,6% (І ЕГ, ІІ ЕГ), а за даними формуючого експерименту він склав 5,8%, 4,9% та 20%, 22,8% відповідно (рис. 3,4).

Отримані дані на початку і в кінці експерименту зазначили, що показники високого рівня ефективності фізичного виховання в експериментальних групах зросли на 17,9% - І ЕГ; 21,2% - ІІ ЕГ, середнього – на 32,5%; 21,9% відповідно. Водночас, кількість старшокласників ліцеїв та гімназій з низьким рівнем сформованості фізичної культури зменшилась відповідно на 50,4%; 43,1%.

Рис. 3. Результати констатуючого експерименту рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі

Рис. 4. Результати формуючого експерименту рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі

Результати діагностики рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі експериментальних і контрольних груп засвідчили, що рівень ефективності фізичного виховання старшокласників експериментальних груп у цілому є значно вищим порівняно з даними контрольних груп, що пояснюється тривалим, цілеспрямованим, додатковим педагогічним впливом на вихованців у процесі формуючого експерименту.

Проведений педагогічний експеримент дозволив простежити позитивну динаміку основних рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій експериментальних груп і засвідчив необхідність створення й реалізації відповідних організаційно-педагогічних умов.

У **загальних висновках** викладено результати наукового дослідження проблеми фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

1. Проведений аналіз філософської, психологічної, педагогічної літератури з проблеми дослідження свідчить, що в сучасних умовах розвитку суспільства й особистості особливої уваги набуває науково-практична підготовка фізично здорової, талановитої учнівської молоді. Спостерігається невідповідність між значущістю фізичного виховання, зрелими державними вимогами до рівня фізичної підготовленості учнів і станом фізичного

виховання у специфічних умовах діяльності ліцеїв та гімназій, спрямованої на інтенсифікацію та значний обсяг навчально-пізнавальної діяльності обдарованих та здібних дітей. Це викликає перенапругу їх фізіологічних систем, зняти яку й відновити при цьому розумову працездатність учнів можливо, у значній мірі, систематичними заняттями фізичною культурою.

2. Теоретичний аналіз дозволив зазначити, що в забезпеченні ефективності процесу фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій суттєвого значення набуває позакласна робота як організаційна форма фізичного виховання. Проте питання фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі не отримали належного висвітлення, оцінки і теоретичного обґрунтування, що негативно позначається на практиці фізичного виховання учнівської молоді.

3. Дослідження засвідчило, що специфіка позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях та гімназіях зумовлена особливостями навчально-виховного процесу в закладах нового типу, сутність якого витікає із завдань ліцеїв та гімназій, а також особливостями складу контингенту учнів як специфічної соціальної групи обдарованої і здібної молоді. Встановлено, що у фізичному вихованні старшокласників ліцеїв та гімназій позакласна робота може забезпечувати виховуючу, оздоровчу, розвиваючу, освітню, стимулюючу, рекреаційну та гігієнічну функції.

4. У процесі дисертаційного дослідження виділено основні (стрижневі) напрями позакласної роботи з фізичного виховання: фізкультурно-оздоровчий, спортивно-масовий та рекреаційно-відновлювальний, а також ефективні форми їх реалізації: секції з різних видів спорту, фізкультурні гуртки, спортивні клуби за інтересами, групи загальної фізичної підготовки, фізкультурно-спортивні свята, спортивні змагання, спортивні свята, туристична робота.

5. Встановлено, що для діагностики ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі доцільно застосувати комплекс критеріїв і показників. За основні критерії обрано: фізичну підготовленість, рухову активність та емоційний стан учнів.

6. Отримані у процесі констатуючого експерименту дані засвідчили наявність переважно низького і середнього рівнів ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій, що є підтвердженням недостатнього осмислення й використання з боку вчителів фізичної культури специфічних можливостей позакласної роботи у розв'язанні проблем фізичного виховання в ліцеях та гімназіях у зв'язку з відсутністю спеціальних науково-методичних напрацювань.

7. У розробленому навчально-методичному комплексі з питань фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі вчителям фізичної культури ліцеїв та гімназій запропоновано навчально-методичний посібник „Організація позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях (9-11 кл.)”, а майбутнім учителям фізичної культури – комплект дидактичного забезпечення з орієнтовно-тематичним планом і

програмою спецкурсу “Теоретико-методичні основи позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях”.

8. Порівняльний аналіз результатів експериментального дослідження засвідчив позитивну динаміку фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі; підтвердив гіпотезу та основні теоретичні положення про те, що ефективність організації фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі підвищиться за таких організаційно-педагогічних умов: формування у старшокласників ліцеїв та гімназій позитивного ставлення до занять фізичною культурою в позакласній роботі; систематичного використання в навчально-виховному процесі закладів нового типу освітньо-виховних можливостей міжпредметних зв'язків профільних дисциплін у ліцеях та поглиблених курсів навчання в гімназіях; набуття старшокласниками необхідного досвіду фізичного самовдосконалення у процесі позакласної роботи; упровадження ефективних форм позакласної роботи в цілісну систему фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій; підготовки вчителів до проведення позакласної роботи з фізичного виховання у специфічних умовах ліцеїв та гімназій.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. Подальшого дослідження потребують проблеми забезпечення особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання учнів ліцеїв та гімназій, виявлення шляхів його реалізації у специфічних умовах діяльності закладів нового типу, врахування особливостей роботи з учнями різних профілів і підготовки.

Основний зміст дисертації викладено в таких публікаціях автора:

1. Городинська І.В. Організація позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях (9-11 кл.) // Навчально-методичний посібник. – Херсон: Видавництво ХДПУ, 2002. – 40с.
2. Городинська І.В. Організація самостійних занять учнів з фізичної культури // Педагогічні науки. – Випуск 12. – Херсон: Айлант, 1999. – С.233-235.
3. Городинська І.В. Особливість організації фізичного виховання учнів гімназій і ліцеїв // Педагогічні науки. – Випуск 16. – Херсон: Айлант, 2000. – С.110-112.
4. Городинська І.В. Аналіз основних напрямів та організаційних форм позакласної роботи з фізичного виховання в ліцеях і гімназіях // Педагогіка і психологія професійної освіти: Видавництво АПН України. Львів. Науково-практичний центр, 2002. – №6, – С.338-345.
5. Городинська І.В. Стан позакласної роботи з фізичного виховання в сучасних ліцеях і гімназіях // Соціальна робота в Україні і за рубежом: психолого-педагогічні, правові, соціологічні, медичні аспекти. – Херсон, 2002. – С.96-102.

6. Городинська І.В. Деякі проблеми особистісно-орієнтованого фізичного виховання учнів загальноосвітніх закладів // Педагогічні науки. – Випуск 31. – Херсон: Видавництво ХДПУ, 2002. – С.203-206.
7. Городинська І.В. „Малі олімпійські ігри” як дієва форма позакласної роботи з фізичного виховання учнів ліцеїв та гімназій // Молода спортивна наука України. – Вип.7. – Т.2. – Львів: НВФ "Українські технології", 2003. – С .162-165.
8. Барбіна Є.С., Городинська І.В. Становлення і розвиток ліцеїв і гімназій як закладів нового типу // Педагогічні науки. – Випуск 32. – Херсон: Видавництво ХДПУ, 2002. – С.20-24.
9. Городинська І.В., Безгребельна Є.І. Педагогічний досвід із проблем забезпечення повноцінного фізичного розвитку дітей і молоді, охорони та зміцнення їхнього здоров'я // Педагогічні науки. – Випуск 3. – Херсон: Айлант, 1998. – С.98-99.
10. Городинська І.В., Безгребельна Є.І., Безгребельний В.О. Ранкова гімнастика – елемент самостійних занять // Педагогічні науки. – Випуск 5. – Херсон: Айлант, 1998. – С.59-61.

Анотація

Городинська І.В. Фізичне виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.07 – теорія та методика виховання. – Херсонський державний університет. – Херсон, 2004.

Дисертаційне дослідження присвячено проблемі фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. Проаналізовано стан розробленої проблеми в науково-педагогічній літературі. Здійснено аналіз стану фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у процесі позакласної роботи, виявлено позитивні та негативні тенденції цього процесу. Обґрунтовано сутність позакласної роботи з фізичного виховання в специфічних умовах діяльності ліцеїв та гімназій, виокремлено основні напрями та ефективні форми.

У дисертації обґрунтовано критерії, показники, визначено рівні (високий, середній та низький) ефективності фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі.

Теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено організаційно-педагогічні умови фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі. Розроблено методику фізичного виховання старшокласників ліцеїв та гімназій у позакласній роботі, доцільність та ефективність якої засвідчено отриманими експериментальними даними. Основні результати дослідження впроваджено у практику діяльності ліцеїв та гімназій.

Ключові слова: фізичне виховання, старшокласники ліцеїв та гімназій, позакласна робота з фізичного виховання, організаційно-педагогічні умови.

Аннотация

Городинская И.В. Физическое воспитание старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.07 – теория и методика воспитания. – Херсонский государственный университет. – Херсон, 2004.

Диссертационное исследование посвящено актуальной проблеме педагогической теории и практики – физическому воспитанию старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе. На основе изучения философской, педагогической и методической литературы сделаны концептуальные выводы, адаптированные к задачам исследования. Проведен анализ состояния организации, направлений и форм физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе, выявлены положительные и отрицательные тенденции этого процесса.

Обоснована сущность внеклассной работы по физическому воспитанию в специфических условиях лицеев и гимназий, раскрыты ее особенности, выделены эффективные формы и основные направления: физкультурно-оздоровительное, спортивно-массовое и рекреационно-восстановительное.

В диссертации обоснованы критерии и показатели эффективности физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе (физическая подготовленность, двигательная активность, эмоциональное состояние). На основе проведенного констатирующего эксперимента получены данные, позволившие определить уровни (высокий, средний, низкий) эффективности физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе.

В исследовании обоснованы и реализованы организационно-педагогические условия, обеспечивающие эффективность организации физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе: формирование у старшеклассников лицеев и гимназий позитивного отношения к занятиям физической культурой во внеклассной работе; систематическое использование в учебно-воспитательном процессе образовательно-воспитательных возможностей межпредметных связей профильных дисциплин лицеев и углубленных курсов обучения гимназий; приобретение старшеклассниками необходимого опыта физического самосовершенствования в процессе внеклассной работы; внедрение эффективных форм внеклассной работы в целостную систему физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий; подготовка учителей к проведению внеклассной работы по физическому воспитанию в специфических условиях лицеев и гимназий.

Результаты экспериментальной работы свидетельствуют о положительном влиянии организационно-педагогических условий на повышение эффективности физического воспитания старшеклассников лицеев и гимназий во внеклассной работе. В процессе экспериментальной

работы произошли количественные и качественные изменения. Результаты исследования получили внедрение в практике работы лицеев и гимназий Украины.

Ключевые слова: физическое воспитание, старшеклассники лицеев и гимназий, внеклассная работа по физическому воспитанию, организационно-педагогические условия.

Annotation

Gorodinskaya I.V. Physical education of lyceums and gymnasiums students in the out-of-school work. - Manuscript.

Thesis for obtaining a scientific degree of a Candidate of Pedagogical Science in speciality 13.00.07 – Theory and Methods of Education. - Kherson State University. – Kherson. 2004.

Dissertation research is devoted to the problem of physical education of lyceums and gymnasiums students in the out-of-school work. The state of the worked out problem has been analysed in the scientific pedagogical literature. The analysis of the state of physical education of lyceums and gymnasiums students in the process of the out-of-school work has been made, positive and negative tendencies have been revealed. It has been grounded the substance of the out-of-school work in physical education in specific conditions of activations of lyceums and gymnasiums, picked out the main direction and effective forms.

The criteria, indicators have been grounded in the dissertation, the levels (high, medium, low) of effectiveness of physical education of lyceums and gymnasiums students have been defined.

Organizational-pedagogical conditions of physical education of lyceums and gymnasiums students in the out-of-school work have been theoretically grounded and experimentally checked. The methods of physical education of lyceums and gymnasiums students in the out-of-school work, the expediency and effectiveness of which are testified by received experimental date, have been worked out. The mean results of research were applied into practice of the activity of lyceums and gymnasiums.

Key words: physical education, lyceums and gymnasiums students, out-of-school work of physical education, organizational-pedagogical conditions.