**Долбишева Ніна Григорівна. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання у старшокласників : дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Національний ун-т фізичного виховання і спорту України. - К., 2006**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Долбишева Ніна Григорівна. Теоретико-методичні основи формування знань про фізичне здоров’я в системі фізичного виховання у старшокласників. – Рукопис.**Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2006.Дисертаційна робота присвячена формуванню загальних та спеціальних знань про фізичне здоров’я на теоретичному, методичному й практичному рівнях. Основною проблемою, яка постає перед дослідниками, є пошук підходів до формування знань в системі шкільної освіти з урахуванням інтересів та вікових особливостей дітей старшого шкільного віку для вирішення пізнавальних та виховних завдань державної програми “Основи здоров’я і фізична культура” і досягнення “Державного стандарту базової і повної освіти” галузі “Здоров’я і фізична культура”.У дисертації доповнено та розширено результати досліджень щодо факторів, які впливають на рівень знань. Визначено рівень теоретичної підготовки старшокласників з фізичної культури, взаємозв’язок рівня знань з руховою активністю, фізичною підготовленістю й функціональними можливостями організму.Уперше пропонується система формування знань про фізичне здоров’я на теоретичному, методичному й практичному рівнях в системі факультативних занять, на основі міжпредметних зв’язків уроків фізичної культури з дисциплінами “Допризовна підготовка юнаків” у юнаків і “Медицина” у дівчат, використовуючи спеціальний курс “Фізичне здоров’я”.Цей курс дав можливість сформувати загальні та спеціальні знання на теоретичному, методичному й практичному рівнях з питань контролю за фізичним здоров’ям і власної організації рухової активності та методики проведення самостійних занять традиційними і нетрадиційними видами фізичних вправ; визначити пріоритетні рівні знань, найбільш ефективний спосіб планування та упорядкувати систему поточного, тематичного та підсумкового контролю. |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. На підставі вивчення та аналізу наукової, навчальної і методичної літератури можна стверджувати, що знання є провідним компонентом змісту освіти з фізичної культури. Відповідно до “Державного стандарту базової і повної середньої освіти” та теоретико-методичного матеріалу з предмета “Основи здоров’я і фізична культура” учням необхідно засвоїти значний обсяг знань з питань фізичного здоров’я, тому виникає потреба в інноваційних підходах до планування та організації викладання теоретичного, методичного й практичного матеріалу з даних питань в системі загальноосвітньої школи.2. У дисертації зроблено певні теоретичні узагальнення обсягу знань з фізичного здоров’я для старшокласників загальноосвітньої школи і запропоновано новий підхід до обґрунтування технології формування знань про фізичне здоров’я на основі загальних та спеціальних знань на теоретичному, методичному та практичному рівнях. Запропонована технологія дала можливість підвищити рівень знань з фізичної культури старшокласників, визначити залежність між знаннями і рівнем рухової активності, показниками фізичної підготовленості й функціональними можливостями організму учнів шляхом впровадження в навчальний процес спеціального курсу “Фізичне здоров’я”.3. У результаті дослідження визначено соціально-психологічні та соціально-педагогічні фактори, які впливають на рівень знань старшокласників, а саме: недосконалість теоретико-методичного матеріалу державної програми “Основи здоров’я і фізична культура”, відсутність навчально-методичної літератури з теоретичного розділу програми, недостатність часу для викладання теоретичного матеріалу, відсутність інтересу та бажання з боку учнів до вивчення теоретичного розділу програми та мотивації до занять фізичною культурою.4. Результати контрольного тестування свідчать про відсутність знань з питань фізичного здоров’я (серед 10-х класів 100 %, 11-х – 71%), про низький рівень знань з питань рухової активності (66 і 100 % учнів 10-х і 11-х класів). Аналіз результатів свідчить, що старшокласники не дають правильних відповідей стосовно понять фізичних якостей: сили (83,5 % учнів 10-х і 90 % – 11-х класів), швидкості (100 % учнів 10-х і 50% – 11-х класів) та гнучкості (71 % учнів 10-х і 83,5 % – 11-х класів), а також не можуть назвати основне призначення фізкультурно-оздоровчих занять (90 % учнів 10-х і 100 % – 11-х класів) та основи організації і методики самостійних занять фізичними вправами (100 % учнів 10-х класів і 62,5 % – 11-х).5. В експериментальній методиці з формування знань про фізичне здоров’я у старшокласників за спеціальним курсом “Фізичне здоров’я” визначено обсяг загальних та спеціальних знань; зміст навчального матеріалу за темами: ”Фізичне здоров’я, компоненти і критерії оцінки”, ”Основні фактори, які впливають на рівень фізичного здоров’я”, ”Основи планування фізичного навантаження у процесі занять фізичними вправами юнаків та дівчат 15–18 років”, ”Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку”; принципи навчання – актуальності, системності й комплексності, науковості, інтегративності, доступності, регіональності, концентризму й послідовності; компоненти процесу навчання – освітній, цільовий, практично-діяльнісний, стимулюючо-мотиваційний, змістовний та оцінно-результативний; планування курсу на основі факультативних занять, міжпредметних зв’язків уроків фізичної культури з дисциплінами “Допризовна підготовка юнаків” у юнаків і “Медицина” у дівчат та уроків фізичної культури; систему контролю й оцінювання рівня знань за 12-бальною шкалою оцінок за теоретичний, методичний та практичний рівні, за виконання самостійної роботи, участь в інтелектуальних іграх та підсумкове контрольне тестування знань за курсом “Фізичне здоров’я”.6. Педагогічний експеримент дав можливість з’ясувати у старшокласників експериментальної групи рівень теоретичних, методичних і практичних знань та їх взаємозв’язок. А саме: практичний рівень підготовки (від 7,7 до 10,0 балів – у юнаків і від 7,2 до 10,3 балів – у дівчат) учнів 10–11-х класів вищий від теоретичного (від 6,6 до 8,6 балів – у юнаків і від 6,8 до 8,9 балів**–**удівчат) і методичного (від 6,3 до 8,5 балів – у юнаків і від 7,4 до 9,8 балів – у дівчат); пріоритетним компонентом знань є методичний рівень, що обумовлено сильною (r=0,72 – 0,70) та середньою (r=0,69 – 0,50) статистичною залежністю з теоретичним і практичним рівнями.7. Виявлено статистичний взаємозв’язок знань з руховою активністю та окремими показниками фізичного здоров’я. Результати аналізу взаємозв’язків знань з руховою активністю у юнаків і дівчат свідчать про середній (r=0,50; r=0,62 відповідно) статистичний зв’язок на загальногруповому рівні. Залежно від методики планування курсу у юнаків та дівчат ЕГ 1 і ЕГ 2 спостерігається сильний та середній статистичний зв’язки (ЕГ 1 – r=0,50; r=0,72; ЕГ 2 – r=0,78; r=0,61 відповідно), у ЕГ 3 – відсутній та слабкий (ЕГ 3 – r=0,01; r=0,35 відповідно).Аналіз взаємодій знань з окремими показниками фізичної підготовленості і функціональними можливостями на загальногруповій вибірці має слабкий (у юнаків за контрольним тестом на витривалість, швидкісно-силові здібності та з індексом Руф’є; у дівчат – на швидкість, гнучкість, силу, з індексом Руф’є, життєвим і силовим індексами) та дуже слабкий статистичний взаємозв’язок (у юнаків – на швидкість, гнучкість і спритність; у дівчат – на витривалість, швидкісно-силові здібності, з індексом Робінсона). У внутрішньогруповій вибірці після експерименту кореляційний взаємозв’язок зростає в більшості випадків у третій групі вибірки (юнаки, які мають 9 балів за курс, і дівчата, які мають 10 балів).8. Результати педагогічного експерименту довели ефективність розробленої нами технології з формування знань про фізичне здоров’я в системі загальноосвітньої школи у старшокласників.Рівень загальних та спеціальних знань теоретико-методичної підготовки з питань фізичного здоров’я в експериментальних групах значно вищий від контрольних: на 2,9 балів у юнаків і на 2,6 балів – у дівчат 10-х класів; на 1,8 балів – у юнаків і 2,7 – дівчат 11-х класів.Результати контрольного тестування свідчать, що в експериментальних групах переважальна оцінка за теоретичний і методичний рівень знань як у юнаків, так і у дівчат 10-х та 11-х класів – 7–9 балів. У 10-х та 11-х класах експериментальних груп юнаки виконали тест на 4-6 балів 4,5 і 13,9 % учнів (відповідно), на 7–9 балів – 64,1 і 78,4 % учнів (відповідно), на 10–12 балів – 31,8 і 7,7 % учнів (відповідно). Серед дівчат 10-х та 11-х класів експериментальних груп відповіли на 4–6 балів 14,6 і 18,3 % учнів (відповідно), на 7–9 балів – 47,9 і 48,4 % учнів (відповідно), на 10–12 балів – 37,5 і 33,4 % учнів (відповідно). У контрольних групах переважали оцінки 4–6 балів, оскільки серед юнаків 10-х класів на 4–6 балів виконали контрольний тест 56,1 та 63,2 % учнів11-х класів, на 7–9 балів – 43,9 і 36,8 % учнів (відповідно), серед дівчат 10-х класів на 4–6 балів виконали даний тест 57,7 та 58,9 % учнів 11-х класів, на 7–9 балів – 33,9 і 41,1 % учнів (відповідно).9. У результаті підвищення рівня теоретичних знань у учнів експериментальних груп спостерігається перерозподіл мотивів до відвідування уроків фізичної культури: з метою зміцнення здоров’я та підвищення функціональних можливостей організму стало відвідувати уроки фізичної культури на 27 % учнів більше; з метою одержання оцінки з фізичної культури – на 29 % учнів менше.10. Формування знань про рухову активність дозволило підвищити організацію рухової активності старшокласників експериментальних груп: 48,5 % учнів з категорії фізично-пасивних перейшли до категорій фізично-активних; 29,2 % учнів з категорії фізкультурно-активних, які дотримувались гігієнічного мінімуму рухової активності – до категорії фізкультурно-активних, які дотримуються фізкультурно-загальнопідготовчого та фізкультурно-спортивного мінімуму рухової активності; 55,5 % – з категорії фізкультурно-активних, які дотримувались фізкультурно-загальнопідготовчого мінімуму **–**до категорії фізкультурно-активних, які дотримуються фізкультурно-спортивного мінімуму рухової активності.11. Авторська програма, яка включала додаткові практичні заняття та виконання самостійної роботи, за темою “Особливості організації самостійних занять фізичною культурою дітей старшого шкільного віку”, в експериментальних групах сприяла підвищенню рівня фізичної підготовленості в контрольних тестах на швидкість, витривалість, силу, спритність і швидкісно-силові здібності (у юнаків і дівчат при *р*<0,01) та гнучкість (у дівчат при *р*<0,01); функціональних можливостей дихальної системи у показниках ЖЄЛ і ЖІ у юнаків та дівчат (*р*<0,01); фізичної працездатності у дівчат 10-го класу і юнаків 11-го класу (*р*<0,01).Подальше перспективне дослідження проблем, пов’язаних з формуванням загальних та спеціальних знань з фізичної культури, може вміщувати філософський, педагогічний, психологічний і медичний напрямки та розглядатися в більш широкому аспекті. А саме – поєднувати в собі не тільки фізичне здоров’я, але й питання соціального, духовного та психологічного здоров’я на основі індивідуального підходу. |

 |