

КАПИТЕЛ 11 / CHAPTER 11 ¹¹

PHYSICAL EDUCATION AS ONE OF THE BASIS OF FORMING A CULTURE OF HEALTH IN RURAL SCHOOLCHILDREN.ELEMENTS OF REHABILITATION

DOI: 10.30890/2709-2313.2024-29-00-009

Вступ.

За даними державної служби статистики України, на сьогоднішній день кожна п'ята школа в Україні є такою, в якій загалом навчаються не більше 40-50 здобувачів середньої освіти, тобто їх називають малокомплектною школою [3,5]. Тому сільська малокомплектна школа має ряд переваг у порівнянні з стандартними школами. По-перше 70% сільських шкіл володіють землею на правах власності мають свої навчально-дослідні ділянки, які обробляють та отримують врожаї не нижче, а то й вище фермерських і забезпечують себе самі [2]. По-друге, глибоке знання вчителями індивідуальних особливостей кожного здобувача середньої освіти та умов його життя. По-третє, малокомплектна школа є важливим соціальним чинником розвитку особистості, тут проходить робота не лише з учнями, а й родинами, у тому числі і неблагополучними. По-четверте, сільську школу, дитячий сад і будинок культури можна розглядати як єдиний центр культурного життя села. По-п'яте, саме тут можливе створення інноваційних загальноосвітніх установ I ступеня з малою кількістю учнів з урахуванням специфіки місцевості та демографічної ситуації в населеному пункті. [1,2,6]. Ще однією причиною збереження малокомплектних шкіл на селі слугує заміна класно-урочної системи на індивідуальну роботу, групову, факультативну, дистанційне навчання, а організація роботи учителів по принципу «учитель у відрядженні» або «учитель-методист методкабінету» [3,4,7].

Узагальнюючи вище сказане, можна спевнено сказати, що проблема розвитку фізичного виховання школярів, що проживають в сільській місцевості і вчать в класах комплектах, стала надзвичайно актуальною.

¹¹Authors: Dabybida Nataliia, Popovych Dariya, Korin Micha



Постановка проблеми та аналіз літературних джерел. Важливим завданням розвитку освіти України в ХХІ ст. є створення ефективної системи навчання і виховання молоді. Сьогодні перед освітою в Україні стоїть чимало проблем, однією з яких є збереження та реорганізація малокомплексних шкіл [5]. Поняття «малокомплектна школа» це інтеграція, в яку входять різні загальноосвітні заклади, що займаються різними видами діяльності, кількістю здобувачів освіти, які проходять навчання у даних закладах освіти, та їхньому територіальному розміщенню. За різними енциклопедичними джерелами малокомплектна школа характеризується як школа без паралельних класів або з дуже малою кількістю учнів, де, здобувачі середньої освіти двох, трьох або чотирьох класів об'єднуються в один клас-комплект. З таким класом (комплектом) працює як правило один вчитель» [23].

Для підтвердження достовірності нашого дослідження ми провели чотириразові тестові випробування протягом року за системою Державних тестів України. в даному дослідженні ми хочемо порівняти фізичну підготовленість учнів, які навчаються на уроках фізичного виховання за індивідуальним та диференційованим навчанням.

Таблиця 1.

Критерії оцінювання Державних тестів України , 1995, за п'ятибальною системою				
5 балів	4 бала	3 бала	2 бала	1 бал
Рівні компетентності				
Високий рівень компетентності	Достатній рівень компетентностей	Вище середнього рівень компетентності	Середній рівень компетентностей	Низький рівень компетентностей
Набрана сума балів				
80-65	64-49	48-33	32-17	16-1

У березні 2023 року нами було проведено перше тестове випробування (1 тур), табл. 2. З даних нашого дослідження видно, що загальний фізичний рівень учнів контрольної та експериментальної школи, мають вище середній рівень



компетентності. У травні місяці 2023 року був проведений 2-й тур нашого дослідження. З даного дослідження видно, що результати тестів збільшилися в обох тупах, але у експериментальній групі даний показник показав значне збільшення результатів (див. табл.2). В порівнянні з першим туром в другому турі експериментальна група збільшила загальну суму балів за всіма тестовими показниками, а саме стрибки в довжину з місця загальна сума балів збільшилася на 11 балів, що говорить про достатній рівень компетентностей. Результат з бігу на 30 м експериментальна малокомплектна школа збільшила на 15 балів що є теж достатнім рівнем компетентності. Також збільшився на 13 балів показник тесту з човникового бігу, що свідчить про вище-середній рівень компетентності. Показник гнучкості «Нахил тіла з положення сидячи», теж зріс за місяць занять з фізичного виховання, за результатами 2 туру, яке проводиться на відкритому повітрі за розробленою нами методикою на 10 балів. В свою чергу у школі, яку ми взяли за контрольну де діти займаються за стандартною програмою з фізичної культури для учнів 1-4 класів, показники за експериментальними тестами теж збільшилися не значно, а саме стрибок в довжину з місця збільшився на 3 бали; біг на 30 м. збільшилась на 5 балів; збільшилась на 8 балів показник тестів з човникового бігу; в тесті на гнучкість а саме «Нахил тулуба з положення сидячи», загальна сума збільшилась незначно всього на 1 бал. Діти в експериментальній школі продовжують збільшувати свої показники фізичного удосконалення і в третьому турі, який проходив у вересні місяці. До загальної суми балів з тесту стрибки в довжину з місця учні експериментальної школи додали ще 6 балів; загальна сума збільшилась на 11 балів з тесту «біг на 30 м; також покращився час з тестування човникового бігу на 14 балів що свідчить про достатній рівень компетентності; а показник гнучкості збільшився на 4 бали, що є вище-середнім рівнем компетентності. Майже не змінилися показники в контрольній школі по всіх тестах, за виключенням стрибка в довжину з місця де результат збільшився тільки на 1 бал і це говорить про вище-середній рівень компетенції. Тестування з бігу на 30 м також паказало позитивні зрушення на 1 бал, але загальний



приріст результатів тестування човникового бігу та нахилу тулуба в перед залишилася незмінною в порівнянні з 2-м туром.

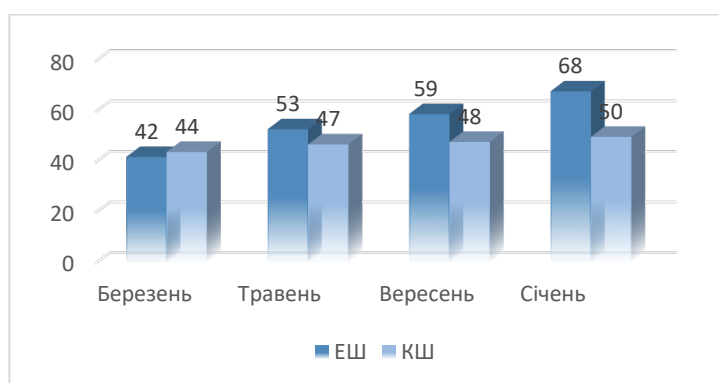
**Таблиця 2. Сума набраних балів
учнями КШ (n=40) -й ЕШ (n=15) за системою Державних тестів
України.**

Школа	1 тур Дослідження		2 тур дослідження		3 тур дослідження		4 тур дослідження		Середня сума балів	Рівень компе- тентності
	Березень		Травень		Вересень		Січень			
	К-ть балів	Р К	К -ть балів	Р К	К-ть балів	Р К	К-ть балів	Р К		
	Стрибок в довжину з місця, см									
КШ	44	ВСПК	47	ВСПК	48	ВСПК	50	ДРК	47,2	ВСПК
ЕШ	42	ВСПК	53	ДРК	59	ДРК	68	ВРК	55,5	ДРК
	Біг на відстань 30 м, с									
КШ	40	ВСПК	45	ВСПК	46	ВСПК	49	ДРК	45,0	ВСПК
ЕШ	42	ВСПК	57	ДРК	68	ВРК	72	ВРК	59,7	ДРК
	«Човниковий біг» 4x9 м, с									
КШ	34	ВСПК	42	ВСПК	42	ВСПК	43	ВСПК	40,2	ВСПК
ЕШ	31	СРК	44	ВСПК	58	ДРК	62	ДРК	48,7	ДРК
	«Нахил тулуба із положення сидячи», см									
КШ	33	ВСПК	34	ВСПК	34	ВСПК	37	ВСПК	34,5	ВСПК
ЕШ	34	ВСПК	44	ВСПК	48	ВСПК	56	ДРК	45,5	ВСПК

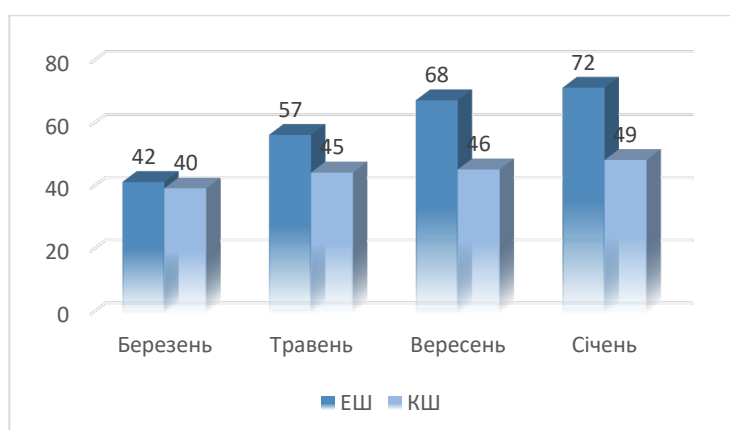
За результатами 4 туру, який ми проводили в кінці січня, можна зробити висновки що учні малокомплектної школи де ми проводили заняття на свіжому повітрі показали досить гарні результати по усіх тестах. Так у стрибку в довжину з місця показник зріс на 8 балів, а у дітей контрольної школи він збільшився всього на 2 бали. В контрольній школі показник біг на відстань 30 м збільшився на 4 бали що говорить про високий рівень компетенції, у дітей контрольної школи даний показник збільшився на 3 бали що теж говорить про гарний результат і про те рівень компетентності вище-середнього. Результат по тестуванні човникового бігу в експериментальній школі збільшився на 4 бали а у дітей контрольної школи він збільшився всього на 1 бал і за загальними результатами це рівень компетентності вище середнього. Останнім тестом який



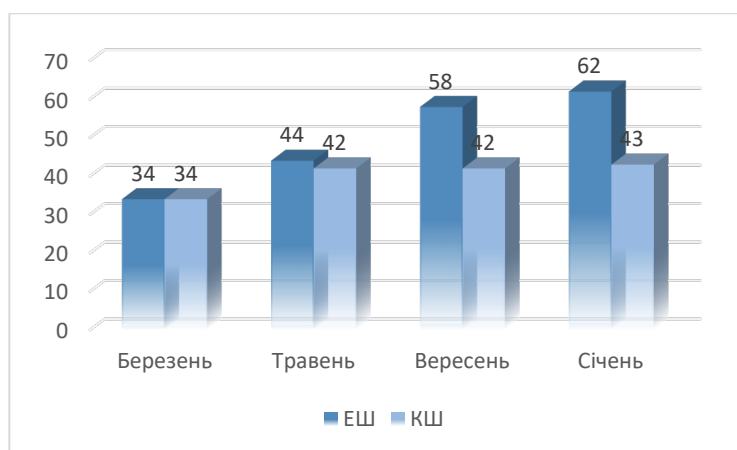
ми визначали в експериментальній школі стала гнучкість або нахил тулуба із положення сидячи, і так даний показник збільшився на 8 балів що говорить про рівень компетентності достатній. А в контрольній школі де діти займалися на уроках фізичного виховання за звичною програмою даний показник збільшився на 3 бали, що говорить про рівень компетентності вище середнього. З даного розділу можна зробити висновок що діти які займалися по індивідуальній та диференційованій програмі покращили свої рухові здібності що видно з результатів тестування, в порівнянні з групою дітей які відвідують уроки фізичного виховання та вчаться в школі за звичайною програмою.



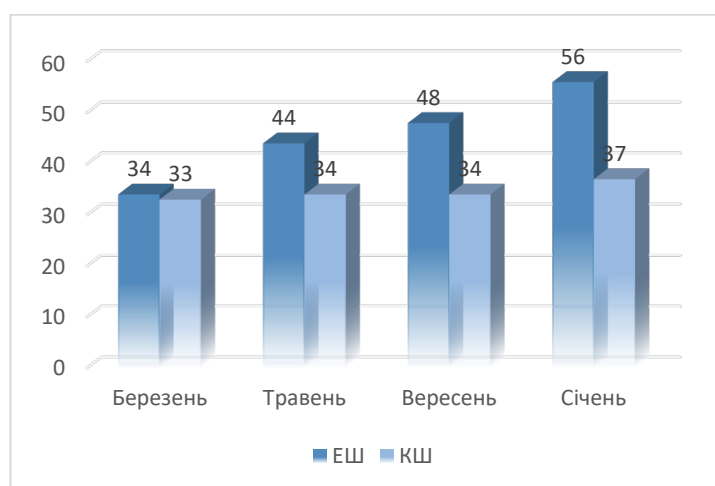
Мал. 1.1 Загальна сума балів набрана учнями контрольної та експериментальної школами за виконання тестового випробування «Стрибок в довжину з місяця», см



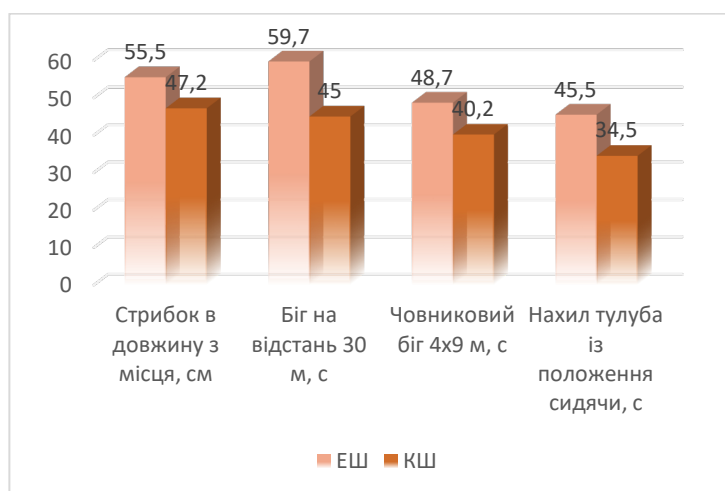
Мал. 1.2 Загальна сума балів набрана учнями контрольної та експериментальної школами за виконання тестового випробування з «Бігу на відстань 30 м», с



Мал. 1.3 Загальна сума балів набрана учнями контрольної та експериментальної школами за виконання тестового випробування з «Човникового бігу» 4x9 м, с



Мал. 1.4 Загальна сума балів набрана учнями контрольної та експериментальної школами за виконання тестового випробування з «Нахилу тулуба із положення сидячи», см



Мал. 1.5 Зведена середня сума балів за всі тестові випробування учнями контрольної та експериментальної школами



За різницею середньої суми балів усіх тестових випробувань за всі місяці дослідження, експериментальна школа досить випереджає контрольну школу. За результатами нашого експерименту показники зазнали досить суттєвих змін у фізичній підготовленості учнів експериментальної малокомплектної сільської школи, де для учнів 1-4 класів проводили заняття з фізичного виховання на вулиці. Це свідчить про необхідність проведення моніторингу фізичної підготовленості учнів початкових класів не два рази на рік, а після кожної чверті. В контрольній школі де учні займалися в спортивному залі по стандартній системі навчання показники змінювалися не значно, як в експериментальній школі. Моніторинг, що проводився нами в експериментальній школі і відстеження нами його результатів дозволила в цілому підвищити рівень навчально-виховного процесу на основі забезпечення диференційованого та індивідуального підходів. За нашими результатами по кожному тесту ми відтворили об'єктивні відомості про стан фізичної підготовленості та фізичних якостей в кожного учня та на основі зібраних нами даних здійснювали індивідуальний і диференційований підхід до учнів в процесі організації навчально-виховного процесу. Здійснення моніторингового розвитку основних рухових здібностей учнів необхідно віднести те, що кожен учень мав можливість самостійно оцінювати власні досягнення, співставляти їх з досягненнями інших учнів і координувати власну фізичну діяльність.

Висновки. Наше дослідження проводилось на базі малокомплектної загальноосвітньої школи I-II ступенів в селі Білоголове, Зборівського району, Тернопільської області, а всі результати порівнювалися з одним від 1 по 4 класи контрольної Загальноосвітньої школи I-III ступенів-правового ліцею №2. м. Тернополя.

- Протягом навчального року учні експериментальної школи відвідували уроки з фізичного виховання на свіжому повітрі за запропонованою нами методикою. Ці уроки фізичного виховання були спрямовані на максимальне використання природних ресурсів сільської місцевості, підкреслюючи важливість активного способу життя та здорового стилю в умовах вулиці.



- Моніторинг, що проводився нами в експериментальній школі і відстеження нами його результатів дозволила в цілому підвищити рівень навчально-виховного процесу на основі забезпечення диференційованого та індивідуального підходів, а саме стрибок в довжину з місця на збільшився на 8,3 %, біг на відстань 30 м на 14,7 %; човниковий біг 4х9м збільшили показник на 8,5 %, нахил тулуба з положення сидячи на 11,0 %.

- За різницею середньої суми балів усіх тестових випробувань за всі місяці дослідження, експериментальна школа досить випереджає контрольну школу.

- За результатами нашого експерименту показники зазнали досить суттєвих змін у фізичній підготовленості учнів експериментальної малокомплектної сільської школи, де для учнів 1-4 класів проводили заняття з фізичного виховання на вулиці. Це свідчить про необхідність проведення моніторингу фізичної підготовленості учнів початкових класів не два рази на рік, а після кожної чверті.

- В контрольній школі де учні займалися в спортивному залі по стандартній системі навчання, показники змінилися не значно, в порівнянні з експериментальною школою.