

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ “ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА”
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
першої регіональної науково-практичної
конференції

**«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ:
СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ»**

22 травня 2020 року
Івано-Франківськ



УДК 796/799: 082

Збірник матеріалів I регіональної науково-практичної конференції «Фізична культура в школі: стан та перспективи розвитку». ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». Івано-Франківськ, 2020. 75 с.

*Друкується за ухвалою вченої ради
факультету фізичного виховання і спорту
(протокол № 9 від 28. 04. 2020 р.).*

Редакційна рада

Мицкан Б.М.	доктор біологічних наук, професор
Остап'як З.М.	доктор медичних наук, професор
Випасняк І.П.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
Презлята Г.В.	кандидат педагогічних наук, доцент
Ковальчук Л.В.	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Лісовський Б.П.	кандидат біологічних наук, доцент

У збірнику друкуються матеріали доповідей I регіональної науково-практичної конференції «Фізична культура в школі: стан та перспективи розвитку». У публікаціях висвітлюються результати наукових досліджень з актуальних проблем фізичної культури школярів.

ЗМІСТ

<i>Мицкан Богдан.</i> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛАХ РІЗНИХ КРАЇН СВІТУ	5
<i>Боднар Ярослав.</i> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ШКІЛЬНОЇ МОЛОДІ КІНЦЯ ХІХ - ПОЧАТКУ ХХ СТОЛІТТЯ	9
<i>Гакман Анна, Галан Ярослав.</i> ФОРМУВАННЯ ПАТРІОТИЗМУ ЗАСОБАМИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ	12
<i>Грабик Надія, Грубар Ірина.</i> ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ШКОЛЯРІВ	14
<i>Єднак Валерій.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ШКОЛЯРІВ ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ ОБЛАСТІ	16
<i>Мосейчук Юрій, Курнишев Юрій.</i> ПРАКТИЧНИЙ ДОСВІД ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГУ	19
<i>Лемак Олександр, Корсак Олександр, Іванишин Ірина, Султанова Ірина.</i> ФІЗИЧНИЙ СТАН ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМИ ТЕМПАМИ БІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ	21
<i>Лісовський Богдан, Остап'як Зіновій.</i> ФУНКЦІОНАЛЬНІ РЕЗЕРВИ КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ ЯК ПОКАЗНИК ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ	24
<i>Мицкан Тетяна</i> ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	27
<i>Мосейчук Юрій, Курнишев Юрій.</i> ФОРМУВАННЯ ДУХОВНО-ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЗАСОБАМИ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ	29
<i>Мочернюк Владислав.</i> ПРОФІЛАКТИКА БУЛІНГУ В ШКОЛІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	33
<i>Огнистий Андрій, Огніста Катерина.</i> ОЛІМПІЙСЬКА ОСВІТА У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ	35
<i>Омельяненко Інна.</i> КУЛЬТУРНІ ПЕРЕДУМОВИ ПРОГРАМОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ШКОЛІ	38
<i>Омельяненко Володимир.</i> РЕКРЕАЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	40
<i>Руда Тетяна, Мицкан Тетяна.</i> РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКСТІ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ПСИХОФІЗИЧНОГО ТРЕНІНГУ	42
<i>Свистун Юрій, Шавель Христина.</i> УРОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І ФУНКЦІОНАЛЬНА ПІДГОТОВКА ШКОЛЯРІВ	43
<i>Султанова Ірина, Іванишин Ірина, Лемак Олександр.</i> ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ЯК ПОКАЗНИК РЕЗЕРВІВ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ ПРИКАРПАТТЯ	45
<i>Ткачівська Інна.</i> ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ УМІНЬ УЧНІВ ПЕРШИХ КЛАСІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ	47
<i>Шпільчак Андрій, Презлята Ганна, Ткачівська Інна, Дутка Любомир.</i> УПРАВЛІННЯ СОМООСВІТНЬОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СИСТЕМІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ	49
<i>Білоус Ірина.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ	52
<i>Тягур Роман, Лісовський Богдан.</i> ОЛІМПІЙСЬКА ОСВІТА ШКОЛЯРІВ В ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ	54
<i>Римик Роман, Маланюк Любомир, Синиця Андрій.</i> РІВЕНЬ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	56

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ШКОЛЯРІВ

Надія Грабик 1, Ірина Грубар 2

1,2 Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

Актуальність. В умовах розбудови національної системи загальної середньої освіти зростає роль інноваційної діяльності загальноосвітніх навчальних закладів, яка характеризується впровадженням нововведень в освітньому процесі (Н. Москаленко, 2015).

Глобальний розвиток інформаційно-комунікаційних технологій обумовлює необхідність істотних змін, нововведень у фізичній культурі школярів. На думку науковців, одним із шляхів забезпечення ефективної фізичної підготовки школярів є розробка, вдосконалення і впровадження нових, високоефективних засобів, методів, технологій реалізації процедур комплексного контролю [1, 5, 9]. Проблема контролю у навчальному процесі завжди вважалась такою, що вимагає додаткового вивчення та обґрунтування.

Беручи до уваги вимоги продиктовані часом та досягнення науково-технічного прогресу, науковцями розроблено і впроваджено у навчальний процес низку комп'ютерних програм для здійснення контролю за фізичним станом учнів.

Мета дослідження – виявити можливості використання інформаційно-комп'ютерних технологій для здійснення контролю фізичної підготовленості школярів.

Методи. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне спостереження.

Результати. Моніторинг індивідуальних особливостей організму школярів (фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціональних можливостей тощо) та їх врахування в навчальному процесі є однією з особливостей методики проведення уроків з фізичної культури в школі [5]. Водночас інформаційно-комунікативні технології дозволяють організувати освітній процес на новому, якіснішому рівні не лише в напрямку засвоєння навчального матеріалу, але контролю, діагностики стану здоров'я й фізичної підготовленості учнів.

Аналіз науково-методичної літератури, показав, що в останні роки вітчизняними науковцями розроблено і впроваджено багато різноманітних програм для забезпечення контролю в практиці фізичної культури закладів середньої освіти. Починаючи з 90-х років минулого століття науковці активно розробляли комп'ютерні програми для моніторингу фізичного стану учнів, реєстрації даних, оцінки, аналізу результатів педагогічного тестування:

- В.В. Зайцева, В.Д. Сонькін розробили програму для контролю за рівнем фізичного здоров'я школяра “Валеологія школяра” (1990 р.);
- група авторів (С.В. Хрушов, С.Д. Поляков, А.М. Соболев (1995)), створили комп'ютерну програму експрес оцінки рівня фізичного здоров'я дітей і підлітків за методикою Г.Л. Апанасенка.
- О.В. Скалій, В.І. Шандригось запропонували комп'ютерно-діагностичну програму «Школяр» (1998);
- М.П. Горобей [4] розробив комп'ютерну програму для діагностики рівня здоров'я і фізичної підготовленості школярів (1999 р.);
- В.І. Шандригось презентував комп'ютерну програму «Здоров'я дитини» (2002 р.);
- Н.М. Гончарова [3] практикувала використання автоматизованої системи «Monitoring» для здійснення контролю фізичного стану дітей шкільного віку (2008 р.);
- Л.Ф. Духовним [5] запропонована інформаційна комп'ютерна система «Scorpions» (2003 р.);
- І. Салук [10] розробив діагностичну комп'ютерна програму визначення рівня фізичного здоров'я “Здоров'я” (2007 р.);

- Ю.Ю. Борисовою [2] запропонована комп'ютерна програма «КІФЗОШ» для визначення та оцінки фізичного розвитку, функціональної та фізичної підготовленості, соматичного здоров'я стану учнів 6-17 років (2009 р.);
- О.Л. Благій, О.М. Ярмак О.М. [2] розробили автоматизовану система скринінгу фізичного стану юнаків 15-17 років (2011);
- В.С. Ашанін, Я.В. Жерновнікова, С.С. Пятисоцька розробили комп'ютерну програму «Здоров'я школяра» [7]. Дана програма дозволяє вести облік особистих даних школяра і проводити розрахунки: обчислення антропометричних індексів, оцінку рівня розвитку фізичних якостей, розрахунок основних статистичних характеристик та визначення біологічного віку (2014);
- Л.В. Філенко, Г.С. Полторацька, А.С. Садовий [11] розробили комп'ютерну програму для обліку та моніторингу оцінок з фізичної культури учнів 5-11 класів закладів середньої освіти. Дана програма автоматично виконує математико-статистичний аналіз оцінок з фізичної культури (2014); .
- колектив авторів під керівництвом В.С. Ашаніна [12] розробив комп'ютерну програму «Фізичне виховання», яка дозволяє визначати індивідуальні особливості фізичного стану школярів (2017);

Більшість зазначених автоматизованих комплексів та комп'ютерних програм для моніторингу фізичного стану учнів складається з декількох блоків: інформаційно-методичного (методика проведення тестів), діагностичного (обрахунок та порівняння з статево-віковими нормами), аналітичного (індивідуальна, групова динаміка тощо) та методично-рекомендаційного (комплекси вправ, параметри навантаження, програму тренування відповідно до даних контролю) блоків, які дозволяють створювати базу даних про учнів, мають зручний інтерфейс.

Висновки. Не зважаючи на значну кількість розроблених спеціалізованих автоматизованих комплексів і прикладних програм для діагностики фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану учнів різного віку широкого застосування вони не знайшли в практиці сучасної школи. Більшість розроблених діагностичних програм використовувалися локально: окремими вчителями, в окремих школах, містах, регіонах. Це зумовлено низкою причин: відсутність вільного та безкоштовного доступу до програмного забезпечення (більшість розроблених програм мають авторські права), недостатня кількість комп'ютерів у школах, недостатній рівень компетентності вчителів щодо роботи з комп'ютером, недостатнім методичним забезпеченням, складністю оцінювання змісту та розрахунків, які використовуються програмою, значні витрати часу для внесення даних контролю тощо.

На нашу думку, варто створити інформаційний портал, або електронний навчально-методичний комплекс з вільним доступом до завантаження програм для моніторингу за фізичним станом учнів на початковому, освітньому та спеціалізованому етапі фізичної підготовки в закладах середньої освіти. Автоматизовані комплекси або прикладні програми повинні характеризуватися інформативністю, об'єктивністю, комплексністю (оцінка фізичної підготовленості, фізичного розвитку, функціонального стану тощо), доступністю, мобільністю, уніфікованістю.

Список використаних джерел

1. Благій О.Л., Ярмак, О.М. (2010). «Використання комп'ютерних технологій для діагностики та корекції фізичного стану дітей і підлітків », Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму, С.16-17.
2. Борисова Ю.Ю. (2009). «Диференційований підхід у фізичному вихованні на основі використання комп'ютерних технологій», дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02, Дніпропетровськ, 263 с.
3. Гончарова Н. М. (2008). «Використання автоматизованої системи «Monitoring» для здійснення контролю фізичного стану дітей шкільного віку», Теорія і методика фізичного виховання і спорту, № 2, С. 51-55.

4. Горобей М.П. (1999). «Комп'ютерна діагностика рівня здоров'я і фізичної підготовленості школярів та студентів», Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, №10, С. 15-18.
5. Дикий О. Ю. (2019). «Сучасні підходи до організації фізичного виховання школярів», Педагогічний пошук, № , С. 24–28. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pedp_2019_1_9
6. Духовный Л.Ф. (2003). «Автоматизация оценивания физических достижений учащихся по двенадцати бальной системе», Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, №22, С. 138-143.
7. Жерновникова Я.В. (2014). «Определение возрастных изменений антропометрических показателей у школьников 5-7 классов с использованием компьютерной программы «Здоровье школьника», Вісник Чернігівського національного педагогічного університету, №129, Том III, С. 136-140.
8. Москаленко Н. (2015). «Інноваційна діяльність у фізичному вихованні загальноосвітніх навчальних закладів», Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві, № 4, С. 35–38.
9. Педанова І., Сергієнко К. (2006). «Застосування комп'ютерних технологій контролю стану здоров'я школярів в процесі фізичного виховання», Молода спортивна наука України, Т. 3, Вип. 10, С. 264-268.
10. Салук І. (2007). «Діагностична комп'ютерна програма визначення рівня фізичного здоров'я «Здоров'я»», Актуальні проблеми розвитку руху «Спорт для всіх»: досвід, досягнення, тенденції, Т. 1., С.187-190.
11. Філенко Л.В., Полторацька Г.С., Садовий А.С. (2014). «Алгоритмічні основи створення комп'ютерної програми аналізу оцінок з фізичної культури 5-11 класів», Слобожанський науково-спортивний вісник, №3, С. 110-115.
12. Ashanin V., Filenko L., Pasko V., Poltoratskaya A., Tserkovna O. (2017). «Informatization on the physical culture of students using the «Physical education» computer program». Journal of Physical Education and Sport, 17(3), P. 1970-1976.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ШКОЛЯРІВ ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Валерій Єднак

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

Актуальність. Оптимальний рівень загальної фізичної підготовленості є основою процесу фізичного вдосконалення людини. Фізична підготовленість – один із чинників, який є результатом рухової активності людини, її інтегральним показником, який характеризує стан як фізичного, так і психічного здоров'я. У процесі фізичної підготовки потрібно систематично визначати рівень фізичної підготовленості учнів, що дасть змогу зробити порівняльний аналіз абсолютних показників, пізнати закономірність адаптації організму, визначити оптимальні фізичні навантаження, скласти індивідуальні програми оздоровчого тренування, дати оцінку ефективності занять на основі дотримання умов самоконтролю [1,2,3].

Обов'язковою складовою процесу фізичної підготовки учнівської молоді є контроль за фізичною підготовленістю та її якістю. З метою підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високо продуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у формуванні патріотизму та громадянської активності Кабінетом Міністрів України прийнято постанову «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» (від 9 грудня 2015 р. № 1045).