

I. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ВЗАЄМОДІЯ СІМ'Ї І ШКОЛИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ

Ірина Степанова, Лідія Михайлова

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту



Анотація

В статті раскрыты пути инновационных подходов для организации процесса физического воспитания в системе семья – школа, которые дают возможность в ходе учебного процесса повысить двигательную активность, улучшить физическую подготовленность и повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом детей младшего школьного возраста.

Annotation

In the article the ways of innovative approaches are exposed for organization of process of physical education in the system of seed is school, which enable to promote motive activity, improve physical preparedness and promote interest to engaged in a physical culture and sport of children of junior school age during an educational process.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Екологічний стан навколишнього середовища, гранично низький рівень життя населення країни привели до зниження захисно-приспосовних можливостей дитячого організму [1; 4]. Дослідження, що були проведені в багатьох містах країни і сільських школах, показали, що тільки менше половини дітей з початкових класів можна віднести до майже здорових. Ситуація, що створилася, вимагає невідкладних заходів, зокрема посилення контролю за здоров'ям і фізичним розвитком школярів. І як ніколи зараз зростає в цьому роль батьків [5; 7; 8; 9].

Вчителі фізичної культури не можуть успішно і самостійно вирішити всі виникаючі завдання без активної і грамотної допомоги сім'ї. Правильна орієнтація батьків у питаннях фізичного виховання школярів у сім'ї – перше завдання вчителя фізичної культури і адміністрації школи [2; 3; 6].

В останні роки, у зв'язку зі складними соціально-економічними умовами в значній мірі порушились традиційні зв'язки сім'ї і школи, тому є необхідність у пошуку шляхів інноваційних підходів, реформування змісту та умов взаємодії сім'ї і школи.

Мета дослідження – науково обґрунтувати вплив фізкультурної освіти батьків на формування фізкультурної освіти дітей молодшого шкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Дослідити проблему взаємодії сім'ї та школи в організації фізкультурно-оздоровчої роботи.
2. Визначити рівень фізичної підготовленості, фізичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку.
3. Розробити експериментальну програму по вдосконаленню фізкультурної освіти батьків і дітей та визначити її ефективність.

Об'єкт дослідження – навчальний процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження – зміст фізкультурно-оздоровчої роботи в системі «взаємодія сім'ї і школи».

Дослідження були проведені у загальноосвітньому навчальному закладі № 34 м. Дніпропетровська. У дослідженні брали участь 50 дітей молодшого шкільного віку і їх батьки.

Для організації процесу фізичного виховання в системі сім'я – школа була розроблена програма для роботи з батьками, яка відповідає на наш погляд сучасним вимогам спільної роботи школи і сім'ї в області фізкультурної освіти.

Ефективність втілення системи фізкультурно-оздоровчих заходів у напрямку роботи «сім'я-школа» буде ефективною, якщо всі компоненти освітнього процесу будуть задіяні в реалізації програми. А колектив школи дійсно співпрацюватиме з учнями та батьками в управлінні школою, відгукнеться на їхні потреби, бажання та намага-



тиметься відповідально ставитись до формування здорового способу життя дітей.

Перш ніж розробити нашу програму для батьків з фізкультурної освіти були вивчені доступні документальні матеріали, літературні джерела з даної проблеми.

Нами були запропоновані такі форми роботи з батьками та дітьми:

- анкетування, круглі столи дітей спільно з викладачами і батьками, ознайомлення зі спеціальною літературою;
- спортивні заходи «Сімейні старти», «Тато, мамо, я – спортивна сім'я», виставки, консультації, телевікторини, конкурси;
- відкриті уроки для батьків, практикуми – «Загартування дитячого організму», «Профілактика порушення постави», «Фізична культура і її роль у вихованні дитини»;
- батьківські збори на тему «Фізкультурно-оздоровча робота» із залученням лікаря.

Наша експериментальна програма направлена на фізкультурну освіту батьків для реалізації оздоровчих, виховних завдань. Програма складається з теоретичного розділу, в який входять лекції і співбесіди, практичного розділу, комплексів домашніх завдань і матеріалу тестування в домашніх умовах.

В ході експерименту було проведено анкетування батьків. В результаті якого ми виявили, що більшість опитуваних батьків (67%) зацікавлені у фізкультурній освіті своїх дітей, у питанні загартування, правильного режиму дня школяра, особистої гігієни, раціонального харчування і т.д. За даними Н.В. Москаленко [8], 81,9% батьків хотіли б брати участь у фізкультурно-оздоровчих заходах школи. На наш погляд, це один із шляхів залучення дітей до занять фізичною культурою і спортом.

На жаль, деякі батьки (32%) майже не мають уявлення про фізичну підготовленість своїх дітей,

що поза сумнівом, не допомагає роботі вчителя. Тому існує потреба у розробці сучасних шляхів, методів, форм, засобів фізичного виховання, спеціальних бесід, які допоможуть батькам усвідомити роль активного і здорового способу життя в житті дитини.

Основна мета **теоретичного розділу** програми (лекцій, співбесід) надати знання батькам з проблеми формування здорового способу життя, організації сімейного побуту для виховання здорової, фізично досконалої дитини, залучення батьків до спільної діяльності сім'ї і школи з організації системи фізичного виховання дітей.

Практичні заняття у нашій роботі проходили у формі «сімейних» уроків, де батьки надавали допомогу викладачеві в проведенні уроку фізичної культури (один раз на місяць). Організовувалися спільні ігри, вправи в парах (батько – дитина), надавалася допомога і страховка при виконанні фізичних вправ, батьки були також присутні на таких уроках і брали активну участь у суддівстві, і оцінці діяльності своїх дітей тощо.

Запропоновано дітям (спільно з батьками) виконання домашніх завдань:

- скласти комплекс гігієнічної гімнастики;
- скласти варіанти проведення загальнорозвиваючих вправ ігровим способом;
- скласти комплекси спільного виконання вправ на м'язи черевного преса, спини, рук;
- пригадати українські народні ігри і придумати варіанти їх проведення;
- скласти естафети для конкурсу «Веселі старти»;
- скласти сценарій сюжетного уроку.

Підсумком нашого експерименту було проведення збору для батьків і дітей на якому були представлені фото та малюнки найбільш цікавих спортивних подій кожної сім'ї, організована телевікторина «Що, де, коли?»

Таблиця 1

Розподіл годин за формами занять

№	Форми занять	Всього годин
1	Лекції	8
2	Співбесіди	4
3	Практичні	10

На етапі перевірки впливу розробленої методики під час навчального процесу досліджувалися показники фізичного розвитку, рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дітей контрольних та експериментальних груп.

Аналіз даних фізичного розвитку свідчить, що суттєвих змін за цей період як у дітей контрольних, так і експериментальних груп не відбулося. У всіх учнів зросли показники довжини, маси тіла і ОГК, що відповідає віковому періоду.

Підсумкова оцінка рівня фізичного здоров'я випробуваних свідчить про ефективність розробленої методики.

Аналіз результатів дослідження показав статистично значуще підвищення показників силового індексу, зниження показників індексу Робінсона та Руф'є після експерименту у школярів експериментальної групи як у хлопчиків, так і у дівчат ($p < 0,05$) порівняно з показниками контрольної групи. У показниках життєвого індексу відзначено невірогідні зміни як в експериментальній, так і в контрольній групах.

Необхідно підкреслити значне зменшення кількості дітей експериментальної групи, які належать до групи з низьким рівнем фізичного здоров'я порівняно з контрольною після експерименту. У експериментальній групі до експерименту кількість хлопчиків з низьким рівнем складала 76,8%, дівчаток – 80,9%, після експерименту – 65,6% та 67,5% відповідно. У контрольній групі процентне співвідношення таке: до експерименту – 73,2% та 78,8%, піс-



ля – 72,1% та 79,1%. Збільшилася кількість дітей експериментальної групи з середнім рівнем фізичного здоров'я – у хлопчиків з 12,5% до 16,7%, а у дівчаток з 2,0% до 12,3%. У дітей контрольної групи достовірних змін не відбулося.

Аналізуючи ефективність запропонованої методики, нами визначено, що за всіма показниками фізичної підготовленості відбулися позитивні зміни. Однак виявлені різні темпи приросту показників розвитку фізичних якостей.

За даними педагогічного тестування ми можемо стверджувати, що в експериментальній групі найбільші зміни відбулися у розвитку таких фізичних якостей, як координація, сила м'язів рук і тулуба та гнучкість.

Достовірні зміни ($p < 0,05$) відбулися у виконанні тесту «згинання і розгинання рук в упорі лежачи», в контрольній групі результати підвищилися на 9,6%, в експериментальній – на 17,7%. Тестування координаційних здібностей за допомогою тесту «кидки м'яча від стіни» показало вищі результати експериментальної групи у порівнянні з контрольною у середньому на 5 кидків, у обох груп достовірних змін ($p > 0,05$) ми не виявили. Дані тесту «піднімання тулуба в сід з положення лежачи на спині до втоми» показали, що в контрольній групі результати виростили на 14,2%, а в експериментальній – на 24,6%.

Динаміка отриманих показників фізичної підготовленості свідчить про позитивний вплив системи

«сім'я-школа» у процесі навчання учнів початкової школи.

Реалізація програми «сім'я-школа» у ході навчального процесу дала можливість підвищити рухову активність, покращити фізичну підготовленість та підвищити інтерес до занять фізичною культурою і спортом.

Висновки. Результати педагогічного експерименту підтвердили ефективність використання запропонованої нами програми в системі сім'я-школа щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи. Про це свідчить аналіз показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості, зміна функціонального стану та успішність у навчанні учнів експериментальних груп.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): [навчальний посібник] / В.Г. Ареф'єв, Г.А. Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка НОВА, 2001. – 384 с.
2. Бальсевич В.К. Спортивно-ориєнтоване фізичне виховання учасників загальноосвітніх шкіл: метод, посібник / В.К. Бальсевич [и др.]. – СПб., 2006. – 72 с.
3. Білецька В. Взаємозв'язок рівня фізичної підготовленості та функціонального стану організму молодших школярів з рівнем соматичного здоров'я / В. Білецька // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – №4. – 2006. – С. 3-7.

4. Дубогай А.Д. Фізкультура: ми і діти / А.Д. Дубогай. – Київ: Здоров'я, 1989. – С. 47-52.
5. Ким Т. Концептуальні основи фізичного виховання в системі «сім'я – школа» / Т. Ким // Фізичне виховання і спорт в системі освіти як фактор фізичного і духовного оздоровлення нації. – 2009. – Т. 3. – 4.2. – С. 109-113.
6. Лубышева Л.И. Взаємодія сім'ї і школи в формуванні здорового стилю життя дітей молодшого шкільного віку / Л.И. Лубышева // Фізична культура, виховання, освіта, тренінг. – 2007. – №3. – С. 2-5.
7. Москаленко Н.В. Взаємодія сім'ї і школи в фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку / Н.В. Москаленко // *Wichowanie fizyczne i sport: сб. науч. работ.* – Варшава, 2002. – Т. 46. – Вып. 1.-Ч. 2.-С. 266-267.
8. Москаленко Н.В. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку в системі «Сім'я – школа» / Н.В. Москаленко // Молода спортивна наука України: зб. наук, праць. – Львів, 2005. – С. 313-316.
9. Москаленко Н.В. Фізкультурно-спортивна робота в родині з метою духовного розвитку й фізичного оздоровлення дітей / Н.В. Москаленко, В.В. Бугуйчук, Ю. Макешина // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2004. – №6. – С. 3-6.

