

DOI 10.36074/logos-12.11.2021.v3.02

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ СУЧАСНОГО УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ЗА ВАРІАТИВНИМ МОДУЛЕМ «ЛЕГКА АТЛЕТИКА»

ORCID ID: 0000-0001-8308-5895

Отравенко Олена Вікторівна

канд.пед.наук, доцент,

доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

Брюховецька Ірина Михайлівна

здобувачка вищої освіти 2 курсу освітнього рівня «Магістр»

ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

УКРАЇНА

На актуальні питання вдосконалення системи фізичного виховання учнів наголошують Закон України «Про освіту» (2017), «Про фізичну культуру і спорт» (2000); державний стандарт повної загальної середньої освіти (2021); концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року; указ Президента України «Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», які спрямовані на створення умов для реалізації принципів гуманізації та демократизації освіти, переорієнтації процесу навчання на розвиток особистості учня, формування його основних компетентностей [1].

Відзначимо, що теорія і методика фізичного виховання поповнилася значним дослідницьким матеріалом та системними узагальненнями наукових даних про систему фізичного виховання. Всебічно висвітлювали загальні принципи, засоби, методи та форми фізичного виховання (Т. Круцевич, О. Худолій, Б. Шиян та ін.); проблему упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти розглядали такі вчені, як: О. Аксьонова, В. Андрущенко, С. Гаркуша, Н. Москаленко, О. Отравенко, В. Шаповаленко. Вдосконаленню занять з легкої атлетики приділяли увагу Т. Бочаров, М. Озолін та ін. [2; 3; 4].

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та проаналізувати методичні особливості сучасного уроку фізичної культури здобувачів базової середньої освіти за варіативним модулем «Легка атлетика».

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз та узагальнення науково-методичної літератури для визначення теоретичних засад дослідження; синтез концептуальних підходів до розуміння сутності та змісту сучасного уроку фізичної культури здобувачів базової середньої освіти за варіативним модулем «Легка атлетика»; *емпіричні:* методи педагогічної діагностики (спостереження, бесіди, анкетування); констатувальний етап експерименту; *статистичні:* методи математичної статистики, що використані для кількісної обробки результатів дослідження.

Виклад основного матеріалу. У методичних рекомендаціях про викладання фізичної культури у 2020/2021 навчальному році (МОН від

11.08.2020 № 1/9-430) [5] висвітлено питання використання освітніх технологій, зокрема групової та дрібногрупової навчальної діяльності; колового тренування; парні форми; технологія колективного творчого виховання; педагогічна технологія; ситуації успіху; інтерактивних методів навчання і виховання: займи позицію, навчаючи учусь. Вважаємо, що ці інноваційні технології та інтерактивні методи навчання сприятимуть кращому розумінню учнями навчального матеріалу, підвищенню рівня знань з предмета «Фізична культура», а також бажання учнів поліпшувати свої спортивні досягнення.

Навчання фізичній культурі спрямоване на досягнення загальної мети базової загальної середньої освіти, метою якої є: розвиток і соціалізація особистості учнів, формування у них національної самосвідомості, загальної культури, світоглядних орієнтирів, екологічного стилю мислення і поведінки, творчих здібностей, дослідницьких і життєзабезпечувальних навичок, здатності до саморозвитку й самонавчання в умовах глобальних змін і викликів [3]. Отже, сучасний урок орієнтований на виховання цілісної особистості. Учителю залучає учнів до творчої співпраці через задоволення, гру, особистий досвід.

Науковець О. Качан описав інноваційні підходи до фізичного виховання та можливостей їх застосування на уроках фізичної культури: використання планшетного комп'ютера, смартфона, дистанційного керування за допомогою WI-FI, пульсометрів, пульсотактометрів, крокомірів, пульсоксиметрів, GPS навігації, фітнес-браслетів та трекерів рухової активності, розумних годинників, динамічно керованих моделей, безконтактно-сенсорних систем; віртуальних 3D тренажерів, сайтів і блогів, інформаційних сервісів та хмарних сховищ, створення професійних спільнот. З використанням фітнес-браслетів та трекерів під час вивчення варіативного модуля «Легка атлетика» вчителю надається більше можливостей: досягнення цілей (установка цілі, нагадування, повідомлення); контроль активності (шагомір, відслідковування активності, вибір виду тренувань); контроль ваги (лічильник калорій, щоденник харчування); контроль сну (розумний будильник); контроль пульсу [6, с. 41]. Ми згодні з автором, що можливості цих гаджетів можна використовувати для контролю навантаження у відповідності до самопочуття та фізичного розвитку учнів. У майбутньому з розвитком інноваційних технологій такі гаджети будуть замінені на біометричні браслети – цілий комплекс різних натільних датчиків, що постійно фіксують біометричні показники учня. Вони дозволять збирати дані різних сенсорів, відображати показники на кольоровому дисплеї і зберігати всю отриману інформацію в хмарному сховищі [6, с. 43-45]. Залежно від інтенсивності навантаження та рівня серцевого ритму браслет може світитися чотирма кольорами – синім, зеленим, жовтим та червоним. По кольору браслета на уроці фізичної культури можна визначити частоту серцевих скорочень від світлих тонів при малому пульсі до червоного при великому пульсі.

Упровадження інноваційних технологій і можливостей сучасних комп'ютерних систем відкривають необмежений простір для педагогічної творчості, дозволяючи модернізувати існуючі й упроваджувати новітні технології навчання в урок фізичної культури. Використання ІКТ на уроках фізичної культури з легкої атлетики, особливо в умовах Пандемії COVID-2019: прискорює процес підготовки до уроку; дозволяє проявити творчість; є засобом демонстрації; здобувачі знайомляться з рухами за допомогою відео, можуть виправляти свої помилки; стимулює пізнавальний інтерес до занять легкої атлетики; дозволяє здобувачам проявити себе в новій ролі.

Як зазначає О. Отравенко, викладачі в умовах викликів сучасності активно використовують мережу Інтернет та сучасні мультимедійні програмні засоби: Microsoft PowerPoint, Google Meet, Teams, ZOOM, соціальні мережі. Активно впроваджуються вебінари та семінари, спрямовані на удосконалення дидактичної компетентності. Серед форм навчальної роботи більш активно використовуються інтерактивні методи: кейс-метод, мозковий штурм, тренінги. Здобувачі освіти регулярно виконують практичні та творчі завдання» [7, с. 227].

Метод кейсів розвиває аналітичні, практичні, творчі, комунікативні, соціальні навички учнів та навички самоаналізу. Використання кейс-методів на уроках фізичної культури за варіативним модулем «Легка атлетика» дозволяє оптимально поєднувати теорію і розвивати практичні навички учнів, підвищувати мотивацію до навчання та ефективність уроку фізичної культури.

Серед інтерактивних технологій на уроках фізичної культури за варіативним модулем «Легка атлетика» використовували: технологію кооперативного навчання (групового), до якої відносяться «робота в парах, трійках», «робота в малих групах», спільний проєкт; коло ідей; технологію колективно-групового навчання – фронтальна робота, обговорення проблеми в загальному колі, «мікрофон», «мозковий штурм», метод «навчаючи – навчаюсь»; технологію ситуативного моделювання (імітаційні та рольові ігри).

З метою перевірки ефективності проведення сучасного уроку фізичної культури здобувачів базової середньої освіти за варіативним модулем «Легка атлетика» проведено педагогічний експеримент, зокрема використання інноваційних форм, методів, прийомів діяльності. Дослідження проводилося серед учнів 8-9 класів на базі Рогівського закладу загальної середньої освіти I-II ступенів Новопокровської селищної ради.

Інтерес до уроків фізичної культури з легкої атлетики найбільше підвищують: ігри та змагання – 17%; використання гаджетів та ІКТ-технологій – 19%; рекреаційні підходи (скіпінг, ізотон, музика) – 16%; колове тренування – 27,0; використання модифікованого інвентарю – 21% (Рис. 1).



Рис. 1. Інтерес до уроків фізичної культури за варіативним модулем «Легка атлетика» на етапі експерименту (у %)

Учні зацікавлені, щоб на уроках фізичної культури з легкої атлетики був модифікований інвентар, бо це цікаво, драйвово, підвищує загальну та моторну

щільність уроку; крок до нових перемог. Кожного уроку з фізичної культури за варіативним модулем «Легка атлетика» вносили нові елементи або вправи для підвищення інтересу учнів до занять, зокрема низку елементів і спеціальних прийомів, модифікованого інвентарю (скіпінг-скакалки, нейроскакалки, бар'єри для бігу, парашут для бігу, гумові резинки, фішки, кільця, драбинка для стрибків та бігу, фаверболи). Змінювали форми організації повільного бігу, наприклад, коли колону очолює направляючий зі зміною лідера після кожного кола бігу: дівчина-юнак, біг у 2-4 колонах – це цікаво і подобається учням. Така методика дуже ефективна, добре готує учнів до наступних вправ.

У результаті експерименту було визначено мотиваційно-змістовний та діяльнісний критерії, а також три рівні: низький, середній та високий. Згідно мотиваційно-змістовного критерію, на констатуючому етапі експерименту повністю уроки фізичної культури з легкої атлетики відповідають потребам лише 25% опитуваних, 42% частково задоволені, утім 33% здобувачів освіти, вважають, що уроки фізичної культури з легкої атлетики взагалі не відповідають їхнім потребам. Отже, більшість здобувачів освіти визначила, що частково задоволені змістом уроків фізичної культури.

У результаті дослідження були використані наступні форми роботи: кейс-технології, тренування за коловою системою, використання рухових активностей (проекти «Cool Race», «Cool Games») та модифікованого інвентарю.

Висновки. У якості висновків зазначимо, що ефективність проведення сучасного уроку фізичної культури учнів за варіативним модулем «Легка атлетика» залежить від використання нових технологій та гаджетів, інтерактивних методів, що робить урок динамічним, цікавим, драйвовим, насиченим із високою моторною щільністю.

Список використаних джерел:

- [1] Закон України «Про освіту». Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>.
- [2] Шаповаленко В. І. & Гаркуша С. В. (2013). Інтеграція інноваційних елементів та інтерактивних технологій в освітній процес фізичного виховання. *Вісник Чернігівського нац. педагогічного університету*. Вип. 112(2). С. 304-308.
- [3] Москаленко Н. В. (2015). Інноваційна діяльність у фізичному вихованні загальноосвітніх навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. № 4. С. 35-38.
- [4] Отравенко О. В. (2014). Організація інноваційної навчальної діяльності майбутніх фахівців з фізичного виховання через інтеграцію здоров'язберезувальних технологій. *Науковий часопис Національного педагогічного ун-ту імені М.П. Драгоманова*, Серія 15. Вип. 3К (45). С. 249-253.
- [5] Методичні рекомендації про викладання фізичної культури у 2020/2021 навчальному році від 11.08.2020 № 1/9-430. URL: <http://surl.li/aidip>.
- [6] Качан О. А. (2017). Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навчально-методичний посібник. Слов'янськ: Витоки. 138 с.
- [7] Отравенко О. В. (2019). Інноваційні методи навчання як основа якісної професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури. *Open educational e-environment of modern University*, special edition. С. 222-230. DOI: 10.28925/2414-0325.2019s21.