11.47
78

ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

**КРАВЧУК ЯРОСЛАВ ІВАНОВИЧ**

УДК 796.2.: 612.76.577.7

# МЕТОДИКА ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПІДХОДУ ДО НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

13.00.02 – теорія та методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

АВТОРЕФЕРАТ
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Луцьк – 2010

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Волинському національному університеті імені Лесі Українки Міністерства освіти і науки України.

**Науковий керівник:** доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
**ЦЬОСЬ Анатолій Васильович,**
Волинський національний університет імені Лесі Українки,
проректор з наукової роботи

**Офіційні опоненти:** доктор педагогічних наук, професор
член-кореспондент НАПН України
**ВІЛЬЧКОВСЬКИЙ Едуард Станіславович,**
Волинський національний університет імені Лесі Українки, професор кафедри спортивно-масової та туристичної роботи;

кандидат педагогічних наук, доцент
**ЄДИНАК Геннадій Анатолійович,**
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання

Захист відбудеться 22 жовтня 2010 року о 12 годині 00 хвилин на засіданні спеціалізованої вченої ради К 32.051.04 Волинського національного університету імені Лесі Українки за адресою: 43000, м. Луцьк, вул. Грушевського, 2 а.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Волинського національного університету імені Лесі Українки (43021, м. Луцьк, вул. Винниченка, 30 а).

Автореферат розіслано 21 вересня 2010 року.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради С. П. Козіброцький

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ

ЧИТАЛЬНА ЗАЛА
ЛДУФК



## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність.** Інтегральним показником соціально-економічного й духовного розвитку суспільства є стан здоров'я нації. Як відомо, здоров'я людини формується в дитячому та підлітковому віці. На цей процес впливає багато чинників, а передусім генетичні, соціально-економічні й екологічні (Г. А. Єдинак, 2001; Т. Ю. Круцевич, 2000; О. С. Куц, 2004; Б. М. Шиян, 2003).

На сучасному етапі склалася вкрай незадовільна ситуація зі станом здоров'я населення, у тому числі дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Майже 90 % школярів мають відхилення в стані здоров'я, понад 50 % – незадовільну фізичну підготовленість (Е. С. Вільчковський, 2002; О. Д. Дубогай, 2002).

За результатами досліджень у галузі медико-біологічних і педагогічних наук (С. А. Душанін, 1986; І. В. Муравов, 1989; Л. Я. Іваненко, 2001) засоби фізичного виховання сьогодні мають найбільш природний і потужний вплив, що здатний забезпечити не лише загальний, а й цілеспрямований розвиток функцій і систем організму людини. Перебудова функцій організму, яка відбувається під впливом фізичних управ, найбільш чітко виражена в молодому віці, коли вона формує не лише найважливіші адаптаційні механізми, але й визначає життєздатність організму та досконалість його відповідних реакцій на вплив різних негативних чинників.

Розповсюджені підходи до дозування фізичних навантажень, що ґрунтуються на використанні середньовікових нормативів, не враховують індивідуальну варіабельність функціональних показників. Індивідуальні особливості біологічного формування організму, адаптація його до середовища потребують застосування розвивальних фізичних вправ, адекватно адаптованих до можливостей організму учнів.

Знання чинників, які обумовлюють у цей момент ефективність діяльності учня, має суттєве значення для педагога під час оцінки можливостей особистості й прогнозування його успіхів у спортивній діяльності. Тому для правильного підбору освітніх і тренувальних впливів у процесі фізичної культури, раціонального врахування їх узаємодії із соціальними, біологічними та психологічними факторами впливу на фізичний стан важливе значення має знання індивідуальних особливостей школярів початкових класів.

Великі перспективи для оптимізації фізичної культури в школах має диференційований підхід, який дає змогу кожному учневі працювати в оптимальному режимі та забезпечує найкращий оздоровчий ефект. На необхідність диференційованого підходу до навчання вказували видатні вчені й педагоги: Я. А. Коменський, К. Д. Ушинський, Ж. Ж. Руссо, Б. А. Ананьєв.

Окремі аспекти використання диференційованого підходу в навчальному процесі школи подані в дослідженнях В. Г. Ареф'єва (1981), О. О. Безкопильного (2009) О. В. Кузьміна (2002) А. В. Фурмана (1997). У роботах С. Р. Биканова (1994), З. В. Веселової (2001), Т. І. Дейніченко (2006), Т. Ю. Круцевич (1981, 1990), О. В. Скалій (2002), І. Унт (1990), А. В. Цьося (1994) диференційований підхід розглядається як компонент управління навчанням, у якому під час розподілу учнів на групи пропонується враховувати не лише їхній рівень фізичного розвитку, а й психологічні особливості та функціональні можливості організму. В окрему групу потрібно виділити дослідження (М. П. Ішмухаметов, 1984; О. О. Малімон, 1999; Н. А. Огановська, 1995; А. М. Сітовський, 2008), у яких диференційований підхід здійснюється відповідно до розвитку фізичних можливостей учнів. Основна мета цих робіт полягає в оптимізації навчального процесу, в обґрунтуванні методики занять для розвитку провідних або відстаючих фізичних якостей.

Не знижуючи достатньо високої цінності проведених наукових досліджень, потрібно зазначити, що вони не визначають кінцевої мети впровадження своїх розробок у поліпшення загального стану здоров'я учнів, не пояснюють принципи підбору фізичних вправ, їх дозування відповідно до фізичного стану дітей. Значною мірою не вирішена проблема критеріїв поділу школярів однієї вікової групи на однорідні підгрупи відповідно до фізичних можливостей, будови тіла та навчальної успішності.

Актуальність дослідження також зумовлена об'єктивними, органічно властивими класно-урочній системі суперечностями між колективною формою навчання й особистісним способом засвоєння навчального матеріалу.

Отже, велике соціальне та оздоровче значення занять фізичними вправами і недостатність існуючих розробок і методичних публікацій із питань диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів молодших класів зумовили вибір теми дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано згідно зі зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури й спорту Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України за темою 2.1.9 "Оптимізація фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах на основі диференційованого підходу з урахуванням темпів біологічного і морфофункціонального розвитку" (номер держреєстрації 0104U003062). Роль автора полягала в розробленні методики диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів початкових класів.

Тема дисертації затверджена вченою радою Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 3 від 7.11.1998 р.) й узгоджена в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних та психологічних наук в Україні (протокол № 1 від 24.02.2009 р.).

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити організаційно-методичні положення реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкових класів фізичної культури.

**Завдання дослідження:**

1. Виявити передумови реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкових класів фізичної культури.

2. Визначити однорідні за рівнем навчальних досягнень у фізичній культурі групи учнів початкових класів.

3. Розробити організаційно-методичні положення навчання фізичної культури учнів початкових класів із різним рівнем навчальних досягнень.

4. Експериментально перевірити ефективність розроблених організаційно-методичних положень навчання учнів початкових класів фізичної культури.

**Об'єкт дослідження** – навчання фізичної культури учнів початкових класів.

**Предмет дослідження** – організаційно-методичні положення реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкових класів фізичної культури.

Для конструктивного розв'язання сформованих завдань використано комплекс **методів дослідження**: *на теоретичному рівні* – аналіз психолого-педагогічної та спеціальної літератури, порівняння, систематизація інформації (для обґрунтування вихідних положень дослідження та узагальнення існуючих даних); *на емпіричному рівні* – соціологічні (анкетування, усне опитування, бесіди для визначення ставлення школярів до фізичної культури й спорту), педагогічні (обсерваційний – для визначення стану рухової підготовленості учнів, тестування, педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний) – для виявлення ефективності розробленої методики навчання); математико-статистичні – для обробки емпіричних даних, визначення достовірності між вибірками учнів.

Дослідження тривало впродовж 2004–2010 рр. і реалізовувалось у кілька етапів.

Аналітико-констатувальний етап (2004–2005 рр.) передбачав аналіз філософської, психолого-педагогічної, соціологічної, науково-методичної літератури; визначення об'єкта, предмета, мети, завдань, програми дослідження, критеріїв, показників та рівнів фізичного стану молодших школярів.

На аналітико-пошуковому етапі (2006–2007 рр.) визначено організаційно-методичні положення реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів із різним рівнем навчальних досягнень фізичної культури, що сприяло формуванню змісту навчального матеріалу, виокремленню адекватних методів і методичних прийомів та оптимізації організації навчального процесу.

Дослідно-експериментальний етап (2008–2009 рр.) був спрямований на організацію формувального експерименту, перевірку ефективності розробленої методики навчання.

Узагальнюючий етап (2009–2010 рр.) передбачав аналіз, узагальнення даних ксперименту, формування висновків, апробацію результатів дослідження, ›формлення тексту дисертації.

**Експериментальна база дослідження**. Дослідно-експериментальну роботу дійснювали на базі загальноосвітніх навчальних закладів № № 1, 11, 18, 26 ı. Луцька. На етапах дослідно-пошукової роботи в експерименті взяло участь 538 дітей віком 8–10 років.

**Наукова новизна одержаних результатів:**

– уперше обґрунтовано організаційно-методичні положення реалізації диференційованого підходу до навчання учнів початкових класів фізичної культури залежно від рівня їхніх навчальних досягнень;
– виявлено гомогенні групи учнів для внутрішньокласної диференціації;
– одержали подальший розвиток знання про критерії диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкових класів фізичної культури;
– підтверджено відомості про рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціональних можливостей учнів початкових класів та взаємозв'язки між цими показниками.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає в розробленні диференційованого підходу до засобів і методів навчання учнів початкових класів фізичної культури.

Результати дослідження **впроваджено** в практику роботи шкіл міста Луцька Волинської області, міста Кременця Тернопільської області, навчальний процес Волинського національного університету імені Лесі Українки та Кременецького обласного гуманітарно-педагогічного інституту імені Тараса Шевченка. Матеріали дослідження можуть бути використані в процесі підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту під час викладання навчальних дисциплін "Педагогіка", "Теорія і методика фізичного виховання", "Теорія і методика оздоровчої роботи", а також у процесі розробки навчальних програм та методичних рекомендацій.

**Особистий внесок автора** полягає у визначенні показників фізичного стану, ставлення учнів початкових класів до фізичного виховання й спорту, розробленні організаційно-методичних положень реалізації диференційованого підходу до навчання фізичної культури. У працях, виконаних у співавторстві, дисертанту належать експериментальні дані та їх обґрунтування.

**Апробація результатів дисертації.** Результати дослідження висвітлено на Міжнародній науково-практичній конференції "Фізична культура, спорт та здоров'я нації" (Вінниця, 2006), Всеукраїнській науково-практичній конференції "Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології" (Луцьк, 2006), Всеукраїнській науково-практичній конференції "Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення" (Львів, 2006), Міжнародній науково-практичній конференції "Молода спортивна наука України" (Львів, 2007), Міжнародній науково-практичній конференції "Фізичне виховання, спорт та культура здоров'я у сучасному

суспільстві" (Луцьк, 2008), щорічних науково-практичних конференціях професорсько-викладацького складу Волинського національного університету імені Лесі Українки (2008–2010 рр.), Кременецького гуманітарного інституту (2005–2010 рр.), обласних семінарах та курсах підвищення кваліфікації вчителів.

**Публікації.** Результати дисертаційного дослідження викладено в дев'ятьох публікаціях автора, із яких п'ять надруковано у фахових виданнях ВАК України, три – у збірниках матеріалів наукових конференцій.

**Структура дисертації.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел зі 196 найменувань та двох додатків. Загальний обсяг дисертації становить 183 сторінки. Робота містить 10 рисунків і 17 таблиць.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано вибір теми дослідження, аргументовано її актуальність, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання, методи дослідження, викладено вихідні теоретико-методичні положення, розкрито наукову новизну й практичне значення, наведено дані про апробацію та впровадження отриманих результатів.

У першому розділі – **"Науково-методичні основи диференційованого підходу в навчальному процесі учнів основної школи"** – розкрито стан проблеми навчання фізичної культури учнів початкових класів, сутність, види, форми та критерії диференціації навчання. На основі аналізу літературних джерел і практики роботи загальношкільних навчальних закладів визначено, що диференційований підхід до навчання фізичної культури в загальноосвітній школі передбачає таку організацію навчального процесу, за якої вибір способів, засобів, прийомів, методів, форм і темпу навчання враховує індивідуальні особливості учнів, передусім рівень їхнього фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я.

У сучасних дослідженнях розроблено загальнопедагогічні основи диференціації навчання, прикладні програми диференційованого підходу до учнів для засвоєння певних фізичних вправ. Проте існують суперечності щодо обсягу фізичних вправ, темпу їх виконання та критеріїв ефективності відповідно до рівня фізичного стану школярів.

Науковими дослідженнями визначено загальнопедагогічні закономірності застосування диференційованого підходу в навчанні, виявлено основні форми диференціації, розроблено алгоритми навчальних завдань різного рівня складності. Водночас недостатньо вивченими залишаються концептуальні основи диференціації фізичного виховання учнів у загальноосвітній школі, визначення змісту навчального матеріалу відповідно до рівня навчальних досягнень молодших школярів.

Другий розділ – **"Передумови реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкової школи фізичної культури"** – присвячений вивченню особливостей фізичного стану учнів початкової школи.

Результати дослідження свідчать, що на етапі молодшого шкільного віку в ній відбувається нерівномірний розвиток фізичних якостей. Загалом виявлено закономірність поступового, але не прямолінійного зростання результатів. Більш інтенсивні періоди розвитку простежуються за показниками сили, витності, швидкісно-силовими якостями. Ураховуючи індивідуальні досягнення школярів відповідно до вимог шкільної програми, у роботі проведено аналіз фізичної підготовленості учнів залежно від рівня навчальних досягнень (табл. 1; 2).

*Таблиця 1*

**Особливості розвитку сили та швидкості учнів залежно від рівня навчальних досягнень із фізичної культури**

| к, ів | Рівень навчальних досягнень | Стать | Тестові вправи | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | вис на зігнутих руках, *с* | стрибок у довжину з місця, *см* | біг 30 м, *с* |
| | Високий | Х | 9,85 ± 0,37 | 142,8 ± 0,95 | 6,92 ± 0,06 |
| | | Д | 6,89 ± 0,42 | 121,7 ± 1,32 | 7,38 ± 0,05 |
| | Достатній | Х | 8,23 ± 0,68 | 109,7 ± 1,73 | 7,61 ± 0,07 |
| | | Д | 6,12 ± 0,57 | 105,3 ± 1,84 | 7,85 ± 0,05 |
| | Середній | Х | 4,73 ± 0,71 | 82,9 ± 1,12 | 7,93 ± 0,03 |
| | | Д | 2,48 ± 0,53 | 74,5 ± 1,27 | 8,07 ± 0,04 |
| | Початковий | Х | 2,18 ± 0,63 | 71,34 ± 1,07 | 8,11 ± 0,03 |
| | | Д | 1,57 ± 0,48 | 65,83 ± 1,15 | 8,27 ± 0,04 |
| | Високий | Х | 13,57 ± 0,29 | 140,3 ± 1,68 | 6,38 ± 0,07 |
| | | Д | 8,37 ± 0,45 | 133,8 ± 1,45 | 6,55 ± 0,05 |
| | Достатній | Х | 11,23 ± 0,86 | 112,4 ± 2,03 | 7,52 ± 0,06 |
| | | Д | 7,49 ± 0,79 | 106,9 ± 1,87 | 7,81 ± 0,07 |
| | Середній | Х | 7,05 ± 0,51 | 83,7 ± 0,94 | 7,75 ± 0,03 |
| | | Д | 3,29 ± 0,47 | 74,8 ± 1,26 | 8,09 ± 0,04 |
| | Початковий | Х | 5,22 ± 0,58 | 75,63 ± 0,85 | 7,83 ± 0,05 |
| | | Д | 2,03 ± 0,43 | 66,39 ± 1,22 | 8,12 ± 0,06 |
| | Високий | Х | 18,55 ± 0,36 | 166,3 ± 1,17 | 5,86 ± 0,05 |
| | | Д | 9,61 ± 0,48 | 148,4 ± 1,48 | 6,53 ± 0,06 |
| | Достатній | Х | 15,42 ± 0,77 | 129,6 ± 1,79 | 6,48 ± 0,07 |
| | | Д | 7,76 ± 0,63 | 119,2 ± 2,07 | 7,15 ± 0,08 |
| | Середній | Х | 10,25 ± 0,39 | 95,8 ± 0,93 | 7,36 ± 0,04 |
| | | Д | 4,08 ± 0,43 | 77,3 ± 1,31 | 7,92 ± 0,03 |
| | Початковий | Х | 9,08 ± 0,37 | 90,45 ± 1,14 | 7,42 ± 0,04 |
| | | Д | 2,54 ± 0,43 | 71,24 ± 1,37 | 8,03 ± 0,05 |

Результати дослідження свідчать, що учні з різним рівнем навчальних досягнень за показниками фізичної підготовленості достовірно відрізняються.

До групи з високим рівнем навчальних досягнень належать учні, які мають достатньо повні знання, вільно застосовують вивчений матеріал, уміють аналізувати допущені помилки й робити висновки. Школярі володіють технікою виконання фізичних вправ, мають високий рівень фізичної підготовленості.

*Таблиця 2*

**Особливості розвитку спритності та гнучкості учнів залежно від рівня навчальних досягнень із фізичної культури**

| Вік, *років* | Рівень навчальних досягнень | Стать | Тестові вправи | |
|---|---|---|---|---|
| | | | човниковий біг 4×9 м, *с* | нахил уперед із положення сидячи, *см* |
| 8 | Високий | Х | 12,07 ± 0,04 | 4,73 ± 0,26 |
| | | Д | 12,29 ± 0,03 | 4,98 ± 0,35 |
| | Достатній | Х | 12,18 ± 0,04 | 3,57 ± 0,27 |
| | | Д | 12,43 ± 0,05 | 3,74 ± 0,35 |
| | Середній | Х | 12,34 ± 0,01 | 3,26 ± 0,33 |
| | | Д | 12,75 ± 0,02 | 3,68 ± 0,44 |
| | Початковий | Х | 12,44 ± 0,03 | 1,49 ± 0,38 |
| | | Д | 12,83 ± 0,04 | 2,93 ± 0,41 |
| 9 | Високий | Х | 11,56 ± 0,04 | 5,39 ± 0,37 |
| | | Д | 12,25 ± 0,04 | 5,93 ± 0,25 |
| | Достатній | Х | 12,04 ± 0,03 | 4,52 ± 0,36 |
| | | Д | 12,42 ± 0,04 | 5,79 ± 0,17 |
| | Середній | Х | 12,26 ± 0,05 | 4,49 ± 0,43 |
| | | Д | 12,53 ± 0,02 | 5,73 ± 0,34 |
| | Початковий | Х | 12,04 ± 0,03 | 1,67 ± 0,36 |
| | | Д | 12,68 ± 0,04 | 3,84 ± 0,27 |
| 10 | Високий | Х | 11,43 ± 0,04 | 5,48 ± 0,45 |
| | | Д | 12,11 ± 0,04 | 6,42 ± 0,36 |
| | Достатній | Х | 12,02 ± 0,03 | 5,42 ± 0,27 |
| | | Д | 12,58 ± 0,05 | 6,35 ± 0,38 |
| | Середній | Х | 12,43 ± 0,02 | 4,21 ± 0,34 |
| | | Д | 12,59 ± 0,03 | 5,74 ± 0,23 |
| | Початковий | Х | 12,58 ± 0,04 | 1,83 ± 0,33 |
| | | Д | 12,92 ± 0,03 | 3,57 ± 0,29 |

Учні з достатнім рівнем навчальних досягнень виявляють знання й розуміння сновних положень навчального матеріалу. Можуть із допомогою вчителя налізувати та виправляти допущені помилки. Здатні виконувати окремі онтрольні навчальні нормативи й більшість фізичних управ із незначними омилками. Школярів цієї групи характеризує належний рівень фізичної підготовленості. Учні із середнім рівнем навчальних досягнень відрізняються олодінням навчального матеріалу на вищому рівні, ніж початковий, розрізняють лементи техніки виконання фізичних вправ. Школярі можуть виконувати ехнічно правильно окремі фізичні вправи, визначені навчальною програмою. 'івень фізичної підготовленості дітей цієї групи низький. Школярі з початковим івнем навчальних досягнень володіють навчальним матеріалом на елементарному івні засвоєння. Рівень фізичної підготовленості низький.

Результати обстеження стану серцево-судинної й дихальної систем дають ожливість стверджувати, що середні показники ЧСС, артеріального тиску, атримки дихання перебувають у межах вікових норм. Водночас помічено ростання частоти серцевих скорочень в учнів згідно з віковими нормами. За оказниками затримки дихання на вдиху діти значно відстають від вікових орм. Зважаючи на напрям експериментальної роботи, нами проаналізовано собливості функціональних можливостей учнів із різним рівнем навчальних осягнень (табл. 3).

*Таблиця 3*

**Особливості функціонального розвитку серцево-судинної та дихальної систем учнів залежно від рівня навчальних досягнень із фізичної культури**

| Вік, *років* | Рівень навчальних досягнень | Стать | Тестові вправи | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | ЧСС у спокої за 1 хв, *разів* | АТ систол., *мм рт. ст.* | АТ діастол., *мм рт. ст.* | затримка дихання на вдиху, *с* | затримка дихання на видиху, *с* |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 8 | Високий | Х | 98,4 ± 0,63 | 92,8 ± 0,39 | 56,8 ± 0,29 | 25,7 ± 0,83 | 16,7 ± 0,75 |
| | | Д | 97,8 ± 0,75 | 93,2 ± 0,43 | 55,3 ± 0,33 | 24,8 ± 1,12 | 15,5 ± 0,88 |
| | Достатній | Х | 96,9 ± 0,69 | 92,7 ± 0,49 | 61,9 ± 0,39 | 24,6 ± 0,95 | 17,3 ± 0,65 |
| | | Д | 98,5 ± 0,54 | 94,5 ± 0,51 | 58,3 ± 0,28 | 23,5 ± 0,78 | 15,9 ± 0,72 |
| | Середній | Х | 99,2 ± 0,63 | 93,6 ± 0,35 | 56,6 ± 0,31 | 22,1 ± 0,85 | 15,7 ± 0,88 |
| | | Д | 97,8 ± 0,58 | 94,2 ± 0,40 | 55,4 ± 0,32 | 21,8 ± 0,96 | 14,6 ± 0,71 |
| | Початковий | Х | 98,4 ± 0,47 | 94,5 ± 0,45 | 56,7 ± 0,29 | 22,3 ± 0,85 | 15,2 ± 0,79 |
| | | Д | 97,2 ± 0,54 | 93,7 ± 0,38 | 55,9 ± 0,31 | 21,4 ± 0,92 | 14,5 ± 0,83 |
| 9 | Високий | Х | 96,9 ± 0,68 | 90,7 ± 0,41 | 56,9 ± 0,39 | 30,7 ± 1,22 | 19,9 ± 0,89 |
| | | Д | 98,4 ± 0,71 | 91,5 ± 0,39 | 57,3 ± 0,41 | 28,7 ± 0,97 | 18,7 ± 0,63 |
| | Достатній | Х | 95,8 ± 0,55 | 91,7 ± 0,36 | 57,8 ± 0,28 | 31,5 ± 0,88 | 19,3 ± 0,68 |
| | | Д | 97,3 ± 0,57 | 92,4 ± 0,41 | 57,3 ± 0,35 | 29,5 ± 0,93 | 18,5 ± 0,55 |

*Закінчення таблиці 3*

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9 | Середній | Х | 98,7 ± 0,63 | 90,2 ± 0,45 | 58,2 ± 0,42 | 29,4 ± 1,16 | 18,4 ± 0,72 |
| | | Д | 97,4 ± 0,49 | 91,9 ± 0,37 | 56,6 ± 0,38 | 27,3 ± 1,19 | 17,1 ± 0,64 |
| | Початковии | Х | 98,4 ± 0,57 | 91,5 ± 0,41 | 55,5 ± 0,53 | 29,5 ± 0,88 | 18,2 ± 0,76 |
| | | Д | 97,6 ± 0,68 | 91,8 ± 0,39 | 57,3 ± 0,46 | 27,1 ± 0,95 | 16,7 ± 0,52 |
| 10 | Високий | Х | 94,6 ± 0,57 | 90,3 ± 0,32 | 57,3 ± 0,36 | 35,3 ± 0,82 | 22,5 ± 0,86 |
| | | Д | 97,2 ± 0,46 | 90,8 ± 0,46 | 56,9 ± 0,35 | 31,2 ± 0,75 | 19,8 ± 0,61 |
| | Достатній | Х | 96,7 ± 0,55 | 89,5 ± 0,39 | 57,2 ± 0,29 | 35,6 ± 0,93 | 20,1 ± 0,74 |
| | | Д | 96,9 ± 0,64 | 89,8 ± 0,44 | 57,1 ± 0,31 | 30,8 ± 0,88 | 17,9 ± 0,85 |
| | Середній | Х | 97,1 ± 0,59 | 90,2 ± 0,51 | 55,9 ± 0,36 | 31,4 ± 1,07 | 18,7 ± 0,69 |
| | | Д | 96,4 ± 0,43 | 89,7 ± 0,48 | 56,3 ± 0,37 | 29,5 ± 0,85 | 18,1 ± 0,71 |
| | Початковий | Х | 97,8 ± 0,58 | 90,5 ± 0,39 | 56,3 ± 0,27 | 30,8 ± 0,94 | 17,6 ± 0,73 |
| | | Д | 96,3 ± 0,46 | 89,5 ± 0,52 | 57,2 ± 0,35 | 29,1 ± 0,86 | 16,4 ± 0,65 |

Результати дослідження свідчать, що за показниками ЧСС, систолічного та діастолічного артеріального тиску учні з різним рівнем навчальних досягнень достовірно не відрізняються. Водночас показники затримки дихання в школярів із середнім і початковим рівнями навчання достовірно нижчі, ніж в інших, що свідчить про тенденцію зниження в них функціональних можливостей.

Рівень інтересу до фізичного виховання та спорту в учнів початкових класів є високим. Із віком у школярів простежується тенденція зниження інтересу до фізичної культури. На ставлення школярів до фізичного виховання впливають такі основні фактори: нестача вільного часу, відсутність спортивної бази й потрібних секцій, поганий стан здоров'я та втома. Для учнів головним джерелом інформації про фізкультуру є телебачення. Основними мотивами занять фізичною культурою є можливість підвищення своєї фізичної підготовленості, поліпшення стану здоров'я, оволодіння технікою фізичних вправ й отримання високих оцінок.

У третьому розділі – **"Теоретико-методичні засади реалізації диференційованого підходу в процесі навчання учнів початкових класів фізичної культури"** – охарактеризовано зміст та методику навчання учнів із різним рівнем навчальних досягнень фізичної культури.

Узагальнюючи результати дослідження, можна констатувати, що для внутрішньокласної диференціації доцільно виділяти чотири гомогенні групи учнів залежно від рівня навчальних досягнень. У процесі реалізації диференційованого підходу до навчання фізичним вправам передбачалося, що всі учні отримували повноцінні знання й уміння згідно з вимогами шкільної програми. Головним чином рекомендувалося різне співвідношення засобів, методів і форм навчання відповідно до індивідуально-групових особливостей

тей. Дозування фізичних навантажень передбачало різний обсяг та інтенсивність конання фізичних вправ, тривалість відпочинку. Специфіка диференційованого дходу до навчання дітей молодшого шкільного віку полягала в тому, що кладнення програмових вимог здійснювалося переважно за рахунок якісних казників у виконанні фізичних вправ.

Зокрема, учням із початковим рівнем навчальних досягнень під час ходьби агадували про енергійний мах руками, правильну поставу, дотримання чіткої станції один від одного. Під час бігу акцентували увагу на енергійних рухах ігнутими в ліктях руками, легкість бігу (ставити ногу на передню частину гоп). Значну допомогу у формуванні рухових навичок надавав музичний упровід ходьби й бігу. Під час виконання загальнорозвивальних вправ вертали увагу на вихідні положення, амплітуду рухів, поєднання відповідних хів із диханням.

У дітей із середнім рівнем навчальних досягнень простежується вищий існий рівень виконання рухів. Учні виконували ходьбу різними способами а носках, п'ятках, зовнішньому склепінні стоп, приставним кроком) за дучим та біг у середньому й повільному темпі. Під час ходьби увага ерталася на те, щоб школярі не нахиляли голову та тримали спину рівною, конували вільний мах руками, не човгали ногами, змінювали швидкість одьби й бігу відповідно до темпу музики або підрахунку.

Для виконання загальнорозвивальних вправ збільшували кількість редметів (обручі, гімнастичні палиці, м'ячі різного розміру). Звертали увагу на іткість виконання фізичних вправ і правильне дихання дітей. При цьому авили конкретні завдання: сісти та встати, кинути м'яч у ціль або якомога алі, стрибнути якнайдалі або якнайвище. Також використовували додаткові рові подразники у вигляді орієнтирів.

Оскільки навички ходьби й бігу в більшості дітей із достатнім рівнем авчальних досягнень вже сформовано, основну увагу приділяли вдосконаленню их рухів під час виконання їх у різному темпі та способах групових шикувань. Під час виконання загальнорозвивальних вправ наголошували на дотриманні напряму, амплітуди, темпу рухів і правильного виконання не лише вихідних та інцевих, а й проміжних положень. Під час виконання рухів увагу дітей осереджували на одному-двох елементах, якими вони повинні оволодіти початку, а на наступних заняттях поступово вивчались інші. Учні привчались б'єктивно оцінювати свої можливості, проявляти витримку, упевненість у воїх силах, рішучість.

Навчання учнів із високим рівнем навчальних досягнень спрямовували на амостійний пошук найбільш раціональних способів виконання рухів та омплексів фізичних вправ. Подальшому вдосконаленню рухових навичок прияли зміна умов їх виконання. Підтримували бажання дітей допомагати один одному під час виконання фізичних вправ та ігор.

Результати формувального експерименту засвідчили ефективність розробленої методики навчання, оскільки показники фізичної підготовленості учнів в експериментальній групі значно кращі порівняно з контрольною (табл. 4).

*Таблиця 4*

**Фізична підготовленість учнів експериментальної та контрольної груп після формувального педагогічного експерименту (X ± 8x)**

| Показник | Стать | Група дітей | | Вірогідність різниці, *P* |
|---|---|---|---|---|
| | | експериментальна | контрольна | |
| Згинання й розгинання рук в упорі лежачи, *разів* | Х | 16,40 ± 087 | 10,50 ± 0,96 | <0,001 |
| Згинання й розгинання рук в упорі на лаві, *разів* | Д | 8,16 ± 0,45 | 4,32 ±0,54 | <0,001 |
| Підтягування у висі хватом зверху, *разів* | Х | 3,61 ± 0,27 | 1,30 ± 0,24 | <0,001 |
| Підтягування у висі лежачи, *разів* | Д | 6,86 ± 0,08 | 2,48 ± 0,10 | <0,001 |
| Вис на зігнутих руках, *с* | Х | 12,9 ± 0,66 | 5,10 ± 0,98 | <0,001 |
| | Д | 7,86 ± 0,72 | 4,0 ± 0,89 | <0,001 |
| Піднімання в сід за 30 с, *разів* | Х | 15,53 ± 0,64 | 10,21 ± 0,85 | <0,001 |
| | Д | 12,26 ± 0,83 | 7,20 ± 0,78 | <0,001 |
| Стрибок у довжину з місця, *см* | Х | 140,53 ± 2,49 | 109,0 ± 2,70 | <0,001 |
| | Д | 128,40 ± 2,58 | 97,0 ± 2,00 | <0,001 |
| Біг 30 м, *с* | Х | 6,43 ± 0,57 | 8,21 ± 0,68 | >0,05 |
| | Д | 6,54 ± 0,59 | 8,18 ± 0,62 | >0,05 |
| Човниковий біг 4×9 м, *с* | Х | 12,38 ± 0,08 | 12,56 ± 0,09 | >0,05 |
| | Д | 12,16 ± 0,1 2 | 12,59 ± 0,10 | >0,05 |
| Біг 800 м, *хв, с* | Х | 4,07 ± 0,45 | 5,24±0,53 | <0,05 |
| Біг 600 м, *хв, с* | Д | 3,02 ± 0,47 | 4,41 ± 0,56 | <0,05 |
| Нахили тулуба вперед із положення сидячи, *см* | Х | 6,06 ± 0,58 | 4,15 ± 0,48 | <0,001 |
| | Д | 7,40 ± 0,64 | 5,41 ± 0,69 | <0,001 |

Аналізуючи результати, слід зазначити, що найбільша різниця простежується в таких показниках, як витривалість $P < 0,05$ (біг 800 або 600 м), гнучкість $P < 0,001$ (нахил тулуба вперед із положення сидячи) і сила $P < 0,001$ (згинання й розгинання рук в упорі лежачи, підтягування на перекладині, стрибок у довжину з місця).

Отримані результати показують, що функціональні можливості учнів у експериментальній групі вірогідно вищі, ніж у контрольній. Найбільша різниця простежується за затримкою дихання на вдиху й видиху ($P < 0,01$). Показники ЧСС у спокої, артеріальний систолічний та діастолічний тиск не мають вірогідної різниці ($P > 0,05$).

Дослідження наслідків розробленої методики навчання також проводили шляхом оцінки рівня теоретичних знань із фізичної культури. Результати дослідження свідчать, що після експерименту в школярів експериментальної групи достовірно зростає рівень знань за всіма розділами шкільної програми.

Отримані дані свідчать, що в дев'ятирічних дітей (незалежно від статі) експериментальної групи суттєво підвищився рівень інтересу до фізичної культури (високий – 43,25–38,55 %, вище середнього – 37,19–33,60 %, середній – 19,12–27 %, нижче середнього – 0,44–0,85 %). У контрольній групі ці показники значно нижчі. Отже, отримані дані експерименту свідчать про ефективність розробленої методики навчання й можливість її впровадження в процес навчання фізичної культури учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури засвідчує, що диференційований підхід до навчання фізичної культури в загальноосвітній школі передбачає таку організацію навчального процесу, за якої вибір, засобів, прийомів, методів, форм і темпу навчання враховує індивідуальні відмінності учнів, рівень їхнього фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я. У наукових дослідженнях розроблено загальнопедагогічні основи диференціації навчання, прикладні програми диференційованого підходу до учнів для засвоєння окремих фізичних вправ. Проте існують суперечності щодо обсягу, темпу виконання фізичних вправ, критеріїв їхньої ефективності відповідно до рівня фізичного стану школярів. Недостатньо розроблені концептуальні основи диференціації фізичного виховання учнів у загальноосвітній школі, визначення змісту навчального матеріалу відповідно до рівня навчальних досягнень школярів.

Аналізуючи результати, слід зазначити, що найбільша різниця простежується в таких показниках, як витривалість $P < 0,05$ (біг 800 або 600 м), гнучкість $P < 0,001$ (нахил тулуба вперед із положення сидячи) і сила $P < 0,001$ (згинання й розгинання рук в упорі лежачи, підтягування на перекладині, стрибок у довжину з місця).

Отримані результати показують, що функціональні можливості учнів у експериментальній групі вірогідно вищі, ніж у контрольній. Найбільша різниця простежується за затримкою дихання на вдиху й видиху ($P < 0,01$). Показники ЧСС у спокої, артеріальний систолічний та діастолічний тиск не мають вірогідної різниці ($P > 0,05$).

Дослідження наслідків розробленої методики навчання також проводили шляхом оцінки рівня теоретичних знань із фізичної культури. Результати дослідження свідчать, що після експерименту в школярів експериментальної групи достовірно зростає рівень знань за всіма розділами шкільної програми.

Отримані дані свідчать, що в дев'ятирічних дітей (незалежно від статі) експериментальної групи суттєво підвищився рівень інтересу до фізичної культури (високий – 43,25–38,55 %, вище середнього – 37,19–33,60 %, середній – 19,12–27 %, нижче середнього – 0,44–0,85 %). У контрольній групі ці показники значно нижчі. Отже, отримані дані експерименту свідчать про ефективність розробленої методики навчання й можливість її впровадження в процес навчання фізичної культури учнів загальноосвітніх навчальних закладів.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури засвідчує, що диференційований підхід до навчання фізичної культури в загальноосвітній школі передбачає таку організацію навчального процесу, за якої вибір, засобів, прийомів, методів, форм і темпу навчання враховує індивідуальні відмінності учнів, рівень їхнього фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я. У наукових дослідженнях розроблено загальнопедагогічні основи диференціації навчання, прикладні програми диференційованого підходу до учнів для засвоєння окремих фізичних вправ. Проте існують суперечності щодо обсягу, темпу виконання фізичних вправ, критеріїв їхньої ефективності відповідно до рівня фізичного стану школярів. Недостатньо розроблені концептуальні основи диференціації фізичного виховання учнів у загальноосвітній школі, визначення змісту навчального матеріалу відповідно до рівня навчальних досягнень школярів.

2. Показники фізичного стану учнів початкових класів відзначаються такими особливостями:

– фізичний розвиток за показниками довжини й маси тіла, окружності грудної клітки перебуває в межах вікових норм. Параметри фізичного розвитку постійно, але нерівномірно збільшуються, що зумовлено фізіологічними механізмами препубертатного періоду;
– рівень фізичної підготовленості учнів відповідно до вимог шкільної програми переважно низький і середній. Простежується нерівномірність розвитку фізичних можливостей у відповідних вікових періодах. Загалом виявлена закономірність поступового, але непрямолінійного зростання результатів. Найбільш інтенсивні періоди розвитку фізичних якостей дітей 8–10 років простежуються за показниками сили, спритності, швидкісно-силовими якостями;
– середні показники ЧСС, артеріального тиску, затримки дихання перебувають у межах вікових норм. Водночас помічено тенденцію зростання частоти серцевих скорочень. За показниками затримки дихання на вдиху учні значно відстають від вікових норм.

3. Рівень інтересу до фізичної культури й спорту в учнів початкових класів є високим. Із віком у школярів простежується тенденція зниження інтересу до фізичної культури. Ставлення дітей до фізичної культури визначають такі основні чинники: брак вільного часу, відсутність спортивної бази й потрібних секцій, поганий стан здоров'я, утома після уроків. Для учнів головним джерелом інформації про фізичну культуру є телебачення. Основні мотиви занять фізичною культурою – можливість покращити свою фізичну підготовленість, стан здоров'я, оволодіти технікою фізичних вправ й отримати високі оцінки.

4. Для внутрішньокласної диференціації доцільно виділяти чотири гомогенні групи учнів залежно від рівня навчальних досягнень.

До групи з високим рівнем навчальних досягнень належать учні, які мають достатньо повні знання, вільно застосовують вивчений матеріал, уміють аналізувати допущені помилки й робити висновки. Діти володіють технікою виконання фізичних вправ, мають високий рівень фізичної підготовленості та функціональних можливостей, позитивну мотивацію до виконання фізичних вправ.

Учні з достатнім рівнем навчальних досягнень виявляють знання й розуміння основних положень навчального матеріалу, можуть із допомогою вчителя аналізувати та виправляти допущені помилки, здатні виконувати окремі контрольні навчальні нормативи й більшість фізичних вправ із незначними помилками. Дітей цієї групи характеризує належний рівень фізичної та функціональної підготовленості, позитивне ставлення до занять фізичною культурою.

Учні із середнім рівнем навчальних досягнень відрізняються володінням ıвчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий; розрізняють елементи :хніки виконання фізичних вправ. Школярі можуть виконувати технічно ɔавильно окремі фізичні вправи, визначені навчальною програмою. Рівень ньої фізичної підготовленості та функціональних можливостей низький. арактерною особливістю учнів цієї групи є невисока мотивація до занять ізичною культурою.

Учні з початковими навчальними досягненнями мають слабку здатність до авчання, низьку фізичну працездатність, вимагають спеціального підходу ıителя фізичної культури. Учні володіють навчальним матеріалом на ıементарному рівні, можуть розрізняти та виконувати окремі елементи ізичних вправ із допомогою вчителя.

5. У процесі диференційованого підходу на уроках фізичної культури ɜкомендується різне співвідношення засобів, методів і форм навчання відповідно о індивідуально-групових особливостей підлітків. Дозування фізичних авантажень передбачає різні обсяг, інтенсивність, тривалість відпочинку з рахуванням рівня фізичного стану учнів. Специфіка диференційованого підходу о навчання дітей молодшого шкільного віку полягає в тому, що ускладнення рограмових вимог здійснюється переважно за рахунок якісних показників у иконанні фізичних вправ.

6. Формувальний педагогічний експеримент виявив високу ефективність озробленої методики диференціації засобів і методів у процесі навчання учнів очаткових класів фізичної культури, що підтверджується:

- підвищенням інтересу дітей до занять фізичними вправами. Більшість учнів експериментальної групи мають високий та вище середнього рівні інтересу до фізичного виховання й спорту, тоді як у контрольній групі їх значно менше. Крім того, у контрольній групі залишилися діти з відсутнім інтересом до виконання фізичних вправ;
- підвищенням рівня фізичної підготовленості учнів. Достовірним покращенням відзначаються витривалість ($P < 0,05$), гнучкість ($P < 0,001$), сила ($P < 0,05–0,001$) та швидкісно-силові якості ($P < 0,05–0,01$);
- оптимізацією роботи серцево-судинної й дихальної систем організму молодших школярів;
- достовірним зростанням теоретичної підготовленості учнів.

Проведене дослідження не претендує на вичерпне розв'язання всіх спектів означеної проблеми. Подальшого вивчення потребують положення ɔсобливостей реалізації диференційованого підходу в процесі фізичної ıідготовки учнів початкових класів, що зумовлені використанням інших критеріїв формування однорідних груп дітей однієї статі й віку.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Кравчук Я. І. Особливості фізичної підготовленості молодших школярів загальноосвітньої школи / Я. І. Кравчук // Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Педагогічні науки. – 2009. – № 21. – С. 100–105

2. Кравчук Я. І. Фізичний стан учнів початкових класів з різним рівнем навчальних досягнень / Я. І. Кравчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х., 2010. – №. 3. – С. 36–38.

3. Кравчук Я. І. Стан та шляхи формування у школярів інтересу до фізичного виховання та спорту / Я. І. Кравчук, Н. С. Войнаровська // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2008. – №. 2. – С. 151–155.

4. Кравчук Я. І. Формування у школярів інтересу до виконання фізичних вправ / Я. І. Кравчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2009. – №. 2 (6). – С. 67–72.

5. Кравчук Я. І. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи / Я. І. Кравчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – 2010. – №. 1 (9). – С. 40–44.

6. Кравчук Я. І. Фізичний розвиток учнів молодшого шкільного віку / Я. І. Кравчук // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту. – Л. : [б. в.], 2006. – С. 10.

7. Цьось А. В. Технологія формування інтересу школярів до фізкультурно-оздоровчої діяльності / А. В. Цьось, Я. І. Кравчук, Н. С. Войнаровська // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Л. : [б. в.], 2006. – С. 96–97.

8. Митчик О. П. Рівні індивідуалізації фізичного виховання школярів / О. П. Митчик, Н. С. Войнаровська, Я. І. Кравчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. – Вінниця : [б. в.], 2006. – Вип. 6. – С. 133–136.

9. Кравчук І. Я. Диференційований підхід у процесі навчання учнів початкових класів физичної культури : метод. рек. / Кравчук І. Я. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. – 34 с.

## АНОТАЦІЯ

**Кравчук Я. І. Методика диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів початкової школи.** – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Волинський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк, 2010.

У дисертації розроблено й обґрунтовано організаційно-методичні положення реалізації диференційованого підходу до навчання учнів початкових класів фізичної культури. Установлено, що в процесі реалізації освітніх та оздоровчих завдань необхідно враховувати, передусім, стан навчальних досягнень школярів. Специфіка диференційованого підходу до навчання дітей молодшого шкільного віку полягає в тому, що ускладнення програмових вимог здійснюється переважно за рахунок зміни якісних показників у виконанні фізичних вправ. На уроках фізичної культури рекомендується різне співвідношення засобів, методів і форм навчання відповідно до індивідуально-групових особливостей учнів. Це забезпечує активність дітей, інтерес до запропонованих рухів та оптимальну моторну щільність уроку.

Експериментальна перевірка розробленої методики навчання засвідчила її високу ефективність, що є підставою для широкого впровадження цієї методики в навчальний процес загальноосвітніх навчальних закладів.

**Ключові слова:** диференційований підхід, учні початкових класів, фізична культура, методика навчання, рівні навчальних досягнень.

## АННОТАЦИЯ

**Кравчук Я. И. Методика дифференцированного подхода к обучению физичекой культуры учащихся начальной школы.** – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Волынский национальный университет имени Леси Украинки. – Луцк, 2010.

Результаты исследования свидетельствуют, что показатели физического состояния учеников начальных классов отличаются такими особенностями:

- физическое развитие по показателям длины и массы тела, окружности грудной клетки находится в пределах возрастных норм. Параметры

физического развития постоянно, но неравномерно увеличиваются, что обусловлено физиологическими механизмами препубертатного периода;

- уровень физической подготовленности учащихся в соответствии с требованиями школьной программы преимущественно низкий и средний. Прослеживается неравномерность развития физических качеств у соответствующих возрастных периодах. Обнаружена закономерность постепенного, но непрямолинейного роста результатов. Наиболее интенсивные периоды развития физических качеств детей 8–10 лет наблюдаются по показателям силы, ловкости, скоростно-силовыми качествами;
- средние показатели ЧСС, АД, задержки дыхания находятся в пределах возрастных норм. Одновременно отмечено тенденцию роста частоты сердечных сокращений. По показателям задержки дыхания на вдохе учащиеся значительно отстают от возрастных норм.

Уровень интереса к физической культуре и спорту в учеников начальных классов является высоким. С возрастом у школьников прослеживается тенденция снижения интереса к физической культуре. Отношение детей к физической культуре определяют следующие основные факторы: нехватка свободного времени, отсутствие спортивной базы и нужных секций, плохое состояние здоровья, усталость. Для учеников главным источником информации о физической культуре является телевидение. Основные мотивы занятий физической культурой – возможность улучшить свою физическую подготовленность, состояние здоровья, овладеть техникой физических упражнений и получить высокие оценки.

Для внутриклассной дифференциации целесообразно выделять четыре гомогенные группы учеников, которые зависят от уровня учебных достижений.

В группу с высоким уровнем входят ученики, которые имеют достаточно полные знания, свободно применяют изученный материал, умеют анализировать допущенные ошибки и делать выводы. Дети владеют техникой выполнения физических упражнений, имеют высокий уровень физической подготовленности и функциональных возможностей, положительную мотивацию к выполнению физических упражнений.

Ученики с достаточным уровнем учебных достижений понимают основные положения учебного материала, могут с помощью учителя анализировать и исправлять допущенные ошибки, способны выполнять отдельные контрольные учебные нормативы и большинство физических упражнений с незначительными ошибками. Детям этой группы характерны надлежащий уровень физической и функциональной подготовленности, положительное отношение к занятиям физической культурой.

Ученики со средним уровнем учебных достижений отличаются владением учебным материалом на уровне, высшем от начального, наличие элементы

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНО

:хники выполнения физических упражнений. Школьники могут технически ɔавильно выполнять отдельные физические упражнения, определенные учебной ɔограммой. Уровень физической подготовленности и функциональных ɔзможностей низкий. Характерной особенностью учеников этой группы ɜляется невысокая мотивация к занятиям физической культурой.

Ученики с начальными учебными достижениями имеют слабую способность к ɓучению, низкую физическую работоспособность, требуют специального подхода ıителя физической культуры. Ученики обладают учебным материалом на ıементарном уровне, могут различать и выполнять отдельные элементы ıизических упражнений с помощью учителя.

В процессе дифференцированного подхода на уроках физической культуры :комендуется разное соотношение средств, методов и форм обучения в ɔответствии с индивидуально-групповыми особенностями подростков. ɔзирование физических нагрузок предусматривает различные объем, ıтенсивность, продолжительность отдыха с учетом уровня физического ɔстояния учеников.

Специфика дифференцированного подхода к обучению детей младшего кольного возраста заключается в том, что усложнение программных требований :уществляется в основном за счет качественных показателей в выполнении ıзических упражнений.

Экспериментальная проверка разработанной методики обучения показала высокую эффективность, что является основанием для широкого внедрения ой методики в учебный процесс общеобразовательных учебных заведений.

**Ключевые слова:** дифференцированный подход, ученики начальных классов, ıзическая культура, методика обучения, уровни учебных достижений.

## ANNOTATION

**Kravchuk Y. I. Methodology of differentiated approach to physical training ·ocess for primary school pupils.** – Manuscript.

Thesis is submitted for the degree of candidate of pedagogical sciences, specialty .00.02 – theory and methodology of education (physical education, health basics). ɔesya Ukrainka Volyn National University. – Lutsk, 2010.

The methodology of differentiated approach to physical training of primary hool pupils is elaborated and explained. It is established that the conditions of ıining achievements of schoolchildren have to be primarily considered while

implementing educational and health protection tasks. The differentiated approach to physical training of primary school pupils has specific character. The complication of program requirements is mainly realized through the quality indicators in the performance of physical exercises. During physical training lessons according to the individual-group characteristics of pupils the different ratio of training means, methods and forms are recommended. This secures the activity of children, their interest in offered exercises and optimal motor density of training.

Experimental verification of the elaborated training methodology certified its high efficiency, which is the basis for its wide implementation in the educational process in comprehensive school.

**Key words:** differentiated approach, primary school pupils, physical training, training methodology, levels of educational achievements.