

ПРО ДОЦІЛЬНІСТЬ ВВЕДЕННЯ В НАВЧАЛЬНУ ПРОГРАМУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗАГАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ СТРОЙОВИХ ВПРАВ

Ковальчук Н. М.

доцент,

*доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації
Волинського національного університету імені Лесі Українки
м. Луцьк, Україна*

Санюк В. І.

*старший викладач кафедри теорії фізичного виховання та рекреації
Волинського національного університету імені Лесі Українки
м. Луцьк, Україна*

Гнітецька Т. В.

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації
Волинського національного університету імені Лесі Українки
м. Луцьк, Україна*

У фахових літературних джерелах опубліковано немало результатів досліджень про низьку рухову активність сучасних учнів та пропозицій щодо її підвищення, що дасть змогу поліпшити фізичний стан нащадків країни. Пропонується модернізувати шкільну фізичну культуру шляхом введення інноваційних технологій навчання, зміни навчальних програм, зниження нормативних вимог тощо. Але скільки б разів не змінювали програмний матеріал це, на жаль, не сприяє зміцненню здоров'я учнів різних вікових ланок. Воно з кожним роком погіршується, кількість учнів, які на уроці фізичної культури сидять на лаві і граються у телефоні все збільшується. Можливо слід звернутися до тих традицій, коли діти з нетерпінням чекали на уроки фізичної культури, дослухались до порад своїх наставників, вміли працювати і досягати поставленої мети, що приносило задоволення і самому виконавцю, і його вчителю.

Одним із засобів фізичного виховання, які на нашу думку, займають неналежне місце у навчальних програмах є стройові вправи. Тому **метою** нашого дослідження є доведення доцільності повноцінного використання стройових вправ у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти.

Проаналізуємо вміст цих вправ у окремих навчальних програмах з фізичної культури за останні 10 років. За програмою 2011 року учні 1-4 класів вивчали: стійки, шиккування, розмикання і змикання; ходьбу «змійкою» – 1 клас; перешикування з колони (шеренги) по одному в колону (шеренгу) по два і навпаки за розподілом; перешикування із колони по одному в колону по три (чотири) способом послідовних поворотів ліворуч за раніше позначеними орієнтирами, «протихід», «змійка», рух по діагоналі – 2 клас; перешикування із колони по одному в колону по три (по чотири) способом послідовних поворотів ліворуч; перешикування із однієї шеренги уступами за розрахунком на 9, 6, 3, на місці; ходьба по діагоналі, ходьба зі зміною частоти кроку – 3 клас; перешикування із колони по одному в колону по два (чотири) дробленням і зведенням і, навпаки, із колони по два (чотири) розведенням і злиттям; поняття про частини і точки розмітки гімнастичної зали; ходьба по спіралі, шеренговим крок, зі зміною напрямку руху за зоровим сигналом – 4 клас [1]. У програмі 2016 року для учнів 1-4 класів стройові вправи залишилися без змін.

У програмах для середніх та старших класах суть стройових вправ прописана досить лаконічно: 2010 р. 10 клас – стройові вправи і прийоми; 11 клас – стройові вправи й прийоми на місці та в русі. 2017 р. 5– 6-7, 9 класи – стройові вправи і прийоми; 8 клас – стройові вправи і прийоми, повороти в русі.

На нашу думку у навчальну програму з фізичної культури для учнів 1-4 класів 2011 року входила достатня кількість різних стройових прийомів, команд, шиквань та перешикувань, вивчення та використання яких забезпечували якісну організацію навчального процесу. У середніх та старших класах вміння учнів виконувати ці вправи дозволяло вчителю зекономити час на допоміжні дії і, тим самим збільшити моторну щільність уроку.

У програмах Нової української школи стройові вправи – один з основних засобів гімнастики, запропоновані в незначній кількості. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. (2019 р.) містить такі стройові вправи: ходьба «змійкою» – 1-2 клас; команди на перешикування з однієї шеренги уступами за розрахунком 9, 6, 3, на місці – 3 клас; перешикування із колони по одному в колону по два (чотири) дробленням і зведенням і, навпаки, із колони по два (чотири) розведенням і злиттям; поняття про частини і точки розмітки гімнастичної зали – 4 клас [5]. В аналогічній програмі Шияна Р. Б. для 1 – 4 класів рекомендуються різноманітні способи перешикувань на місці та в русі для проведення комплексів загальнорозвивальних вправ [6]. Очевидно автор пропонує проявити ініціативу у виборі перешикувань самому вчителю фізичної культури.

Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (2021) пропонує для учнів 5-го класу перешикування з колони по одному в колону по чотири дробленням і зведенням, із колони по два; рух уперед з кроку на місці; ходьбу «змійкою». А у 6 класі крім цих учні виконують ще ходьбу по діагоналі та «протиходом». В даному випадку постає питання: «Чому ходьба «протиходом» вивчається на рік пізніше «змійки»? Адже «змійка» складається з двох «протиходів». Стройові вправи – це цілий розділ гімнастики і володіння ними – це доказ професійної майстерності вчителя. Вони забезпечують дисципліну на уроці, а там, де немає дисципліни починається травматизм. Завдяки цим вправам вирішуються чисельні педагогічні та оздоровчо-гігієнічні завдання, пов'язані з вихованням відчуття ритму, темпу, колективних дій, формуванням правильної постави. Крім цього чітке виконання стройових вправ, яке допомагає досягти високої організованості та узгодженості дій учнів, дає змогу підвищити емоційність уроку. В школі вчителі обмежено використовують стройові вправи. На жаль майже забуте фігурне марширування, яке могло б значно прикрасити програму будь-яких шкільних свят. Фігурне марширування сприяє розвитку почуття ритму, покращує орієнтацію в просторі та часі, розвиває рухову пам'ять, формує культуру рухів, навчає погоджувати дії в колективі. Воно є засобом підвищення рухової активності та посилене і для учнів спеціальної медичної групи [3].

На уроках фізичної культури стройові вправи не є самоціллю, тобто вчитель не присвячує цьому розділу гімнастики великої кількості часу. Їх вивчають як засіб організації роботи учнів на уроці, тому їх часто називають «організуючі» [5], «організаційні» [6], а для вчителя вони «службові», тому, що слугують засобом для полегшення керування колективом. У підготовчій частині уроку стройові вправи використовують для організованого початку занять, розташування учнів для виконання загальнорозвивальних вправ. В основній – для організованого переходу від одного виду вправ до іншого, а в кінці уроку ці вправи є хорошим засобом для зниження навантаження та підготовки учнів до наступної навчальної роботи і організованого закінчення заняття.

Навичку правильного виконання стройових вправ потрібно прищеплювати учням з перших років навчання [2]. Це значно полегшить роботу вчителя в майбутньому. Тому вже у першому класі слід на конкретних прикладах переконати дітей в необхідності знати та вміти виконувати стройові вправи. За допомогою команд вчитель керує класом так само, як водій за допомогою керма веде автомобіль. Якщо діти не будуть добре знати і вміти виконувати команди, вчитель не зможе ними керувати, їм не вдасться з користю позайматися, ані погратись. Адже спочатку першокласники можуть не замислюватись про наслідки, різко

зупинитись під час бігу і, не звертаючи уваги на тих, хто біжить позаду, присісти, зав'язуючи шнурівки. Перший такий випадок слугує темою для розмови про те, як важливо діяти на уроках за командами вчителя. Шукаючи шляхи для попередження подібних ситуацій вчитель пояснює учням, що його слова для них, як світло світлофора для автомобіля, який дозволяє або забороняє їм рух. Помилково вважають, що на уроках фізичної культури діти повинні бути в постійному русі. Тому вчителі стараються діяти якомога швидше: перешиковуючи дітей, вони просто переставляють їх руками. Дійсно, спочатку це легше, ніж пояснювати кожному його дії за тою чи іншою командою. В результаті діти звикають не думати на уроках фізичної культури і пізніше заклики педагога займатися самостійно не завжди досягають мети.

Висновки. Стройові вправи – не зайвий засіб фізичного виховання. За їх допомогою вирішується низка освітніх, оздоровчих на виховних завдань. Вилучення значної кількості стройових вправ із програми Нової української школи не покращить навчальний процес з фізичної культури у ЗЗСО.

Література:

1. Єрмолова В.М., Іванова Л.І., Деревянко В. В. Навчаємось граючись: метод. посіб. для вчителів фізич. культури загальноосвіт. закладів. – К: Літера ІТД, 2012. – С. 141-205.
2. Ковальчук Н. М., Санюк В.І. Стройові вправи як засіб фізичного виховання: методичні рекомендації. – Луцьк: Вежа-Друк, 2016. – 68 с.
3. Ковальчук Н. Фігурне марширування – естетичний вид колективної рухової активності// Фізичне виховання в рідній школі, № 2(121), 2019. – С. 44-48.
4. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А., Боляк А. А., Ребриня А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші). – URL: <https://imzo.gov.ua/model-ni-navchal-ni-prohramy/fizychna-kul-tura/>
5. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (1-4 клас), під керівництвом О.Я. Савченко (затв. Колегією МОН 22.02. 2018 року). – URL: <https://mon.gov.ua/app/tipovaosvitnyaprograma> +<http://osvita.ua/school/program/program-1-4/60407/>.
6. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (1-4 клас), під керівництвом Р.Б. Шияна (затв. Колегією МОН 22.02. 2018 року). – URL: <https://mon.gov.ua/app.tipovaosvitnyaprograma> <http://osvita.ua/school/program/program-1-4/60408/>