

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 796.011.1-057.87

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНІСТІ УЧНІВ 5–6 КЛАСІВ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ НОРМ ОЦІНЮВАННЯ

Софія Власова¹

¹ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», м. Переяслав-Хмельницький, Україна, svchamp@ukr.net.

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-03-63-72>

Анотації

У статті розкрито тему питання вивчення особливості підготовленості учнів 5–6 класів загальноосвітньої школи й сучасних підходів до її оцінки. **Актуальність теми дослідження.** Фізична підготовленість є одним із чинників, що характеризують працездатність, стан як фізичного, так і психічного здоров'я. Низький рівень фізичної підготовленості підростаючого покоління є проблемою, що притаманна більшості країн Європи, у тому числі Україні. За даними Академії медичних наук України, значна кількість учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень здоров'я, що певною мірою зумовлене недостатнім рівнем їхньої фізичної підготовленості. Відповідних змін у зв'язку з цим зазнає стан здоров'я. Провідні українські науковці фізичну підготовленість радять розглядати ширше, не обмежуючись лише рівнем розвитку рухових якостей та опануванням певних рухових дій. Вони наполягають на обов'язковому врахуванні морфофункціональних можливостей органів і систем організму, що дасть змогу цілісно й проекційно підходити до соматичного формування особистості. **Мета дослідження** – визначити рівень фізичної підготовленості учнів 5–6 класів ЗОШ м. Києва. **Методологія дослідження.** В експерименті взяли участь 194 діти, 10–12-річного віку, із них 90 – хлопчики і 104 – дівчаток. Дослідження проводили на базі спеціалізованої школи № 269 м. Києва з поглибленим вивченням французької мови. Для дослідження фізичної підготовленості школярів 5–6 класів застосовано такі рухові тести, як «стрибок у довжину з місця» (швидкісно-силові якості); «згинання-розгинання рук в упорі лежачи» (сила м'язів рук) дівчата; «підтягування у висі» хлопці (сила м'язів рук); «човниковий біг 4x9 м» (спритність); «біг 30 м» (швидкісні якості); «біг 1000 м» (витривалість); «нахил тулуба вперед із положення сидячи» (гнучкість). Силу м'язів кисті вимірювали за допомогою дитячого кистьового динамометра. Результати досліджень піддано математично-статистичній обробці з метою інтерпретації результатів педагогічних експериментів, як того вимагають подібні дослідження в галузі фізичної культури й спорту. **Результати роботи та ключові висновки.** Аналіз отриманих результатів тестування дав підставу зробити висновки про те, що результати учнів відповідають достатньому й високому рівням компетентності згідно з навчальною програмою «Фізична культура. (5–9 клас)», а також Державною системою тестів України. Проте, на нашу думку, певні позиції Державних тестів потребують перегляду, оскільки є дещо заниженими. Ураховуючи той факт, що рівень фізичної підготовленості взаємопов'язаний із рівнем соматичного здоров'я дітей, вважаємо, що така «корекція» нормативів не буде сприяти оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи у ЗОШ.

Ключові слова: фізична підготовленість, стан здоров'я, учні 10–12 років.

Софія Власова. Особенности физической подготовленности учащихся 5–6 классов в контексте современных норм оценивания. В статье раскрывается тема вопроса изучения особенностей подготовленности учеников 5–6 классов общеобразовательной школы и современных подходов к ее оценке. **Актуальность темы исследования.** Физическая подготовленность является одним из факторов, характеризующих работоспособность, состояние как физического, так и психического здоровья. Низкий уровень физической подготовленности подрастающего поколения является проблемой, присущей большинству стран Европы, в том числе Украине. По данным Академии медицинских наук Украины, значительное количество учеников общеобразовательных школ имеют низкий уровень здоровья, в определенной мере, это обусловлено недостаточным уровнем их физической подготовленности.

Соответствующие изменения в связи с этим испытывает состояние здоровья. Ведущие украинские ученые физическую подготовленность советуют рассматривать шире, не ограничиваясь только уровнем развития двигательных качеств и овладением определенными двигательными действиями. Они настаивают на обязательном учете морфо-функциональных возможностей органов и систем организма, что позволит целостно и проекционно подходить к соматическому формированию личности. **Цель исследования** – определить уровень физической подготовленности учеников 5–6 классов ООШ г. Киева. **Методология исследования.** В эксперименте приняли участие 194 человека, 10–12-летнего возраста, из них 90 мальчики и 104 – девочки. Исследование проводилось на базе школы № 269 г. Киева с углубленным изучением французского языка. Для исследования физической подготовленности школьников 5–6 классов использованы следующие двигательные тесты: «прыжок в длину с места» (скоростно-силовые качества); «сгибание-разгибание рук в упоре лежа» (сила мышц рук) девушки; «подтягивание в висе» ребята (сила мышц рук) «челночный бег 4x9 м» (ловкость) «бег 30 м» (скоростные качества); «бег 1000 м» (выносливость) «наклон туловища вперед из положения сидя» (гибкость). Силу мышц кисти измеряли при помощи детского кистевого динамометра. Результаты исследований подвергнуты математико-статистической обработке с целью интерпретации результатов педагогических экспериментов, как того требуют подобные исследования в области физической культуры и спорта. **Результаты работы и ключевые выводы.** Анализ полученных результатов тестирования позволил сделать выводы о том, что результаты учащихся соответствуют достаточному и высокому уровням компетентности соответственно учебной программе «Физическая культура (5–9 класс)», а также Государственной системе тестов Украины. Однако, по нашему мнению, определенные позиции государственных тестов требуют пересмотра, поскольку они несколько занижены. Учитывая тот факт, что уровень физической подготовленности взаимосвязан с уровнем соматического здоровья детей, считаем, что такая «коррекция» норматив не будет способствовать оптимизации физкультурно-оздоровительной работы в ООШ.

Ключевые слова: физическая подготовленность, состояние здоровья, ученики 10–12 лет.

Sofia Vlasova. The peculiarities of physical preparedness of 5th-6th Form pupils in the context of the private norms of evaluation. The article is devoted to the topic of the study of the peculiarities of the preparedness of the students of 5–6 grades of the secondary school and the modern approaches to its evaluation. **Relevance of the Research Topic.** Physical preparedness is one of the factors that characterizes the ability to work, the state of both physical and mental health. The low level of physical preparedness of the growing-up generation is a problem that is inherent in most European countries, including Ukraine. According to the Academy of Medical Sciences of Ukraine, a significant number of students in secondary schools have a low level of health, which to a certain extent is due to insufficient level of their physical fitness. The state of health undergoes appropriate changes in this regard. Leading Ukrainian scientists advise to consider physical preparedness more widely, not limited only to the level of development of motor qualities and the mastery of certain motor activities. They insist on the mandatory consideration of the morpho-functional capabilities of organs and systems of the body, which will allow holistic and projective approach to the somatic formation of personality. **The purpose of the study** is to determine the level of physical preparedness of students of 5–6 grades. **Research Methodology.** The experiment was attended by 194 children, aged 10–12, of which 90 boys and 104 girls. The research was conducted on the basis of a specialized school № 269 in Kyiv with a profound study of the French language. The following motor tests were used to study the physical preparedness of schoolchildren of grades 5–6: «standing long jump» (speed-power qualities); «Push-up exercises» (strength of the muscles of the arms) for the girl; «Pull-up exercises» for the boys (strength of the muscles of the arms); «Shuttle run 9m x 4» (agility); «Run 30m» (speed quality); «Running 1000 m» (endurance); «Bending forward from sitting position» (flexibility). The strength of the muscles of the hand was measured with the help of a child's hand dynamometer. The data of the researches were subjected to mathematical and statistical processing in order to interpret the results of pedagogical experiments, as it required by similar studies in the field of physical culture and sports. **Results of Work and Key Conclusions.** The testing data analysis allows to conclude that the results of the students correspond to sufficient and high levels of competence in accordance with the school program «Physical Culture». (Grades 5–9), as well as the State Testing System of Ukraine. However, in our opinion, certain positions of the State Tests need to be revised, since they are slightly understated. Taking into account the fact that the level of physical fitness is interrelated with the level of somatic health of children, we believe that such «correction» of norms will not promote optimization of physical culture and health work in secondary schools.

Key words: physical preparedness, state of health, 10–12 years old students.

Вступ. Фізична підготовленість – один із чинників, який є результатом рухової активності людини, її інтегральним показником, який характеризує стан як фізичного, так і психічного здоров'я [2; 4; 7; 11].

Низький рівень фізичної підготовленості є проблемою підростаючого покоління, що притаманна більшості країн Європи, у тому числі України. За даними вибіркового дослідження, які проводила Академія медичних наук України, 36,4 % учнів загальноосвітніх шкіл мають дуже низький рівень фізичної підготовленості, 33,5 % – нижче за середній, 22,6 % – середній, 6,7 % – вищий за середній і лише 0,8 % – високий [14].

У роботах багатьох авторів (В. О. Кашуба, 2016; Н. В. Москаленко, 2014, Н. Є. Пангелова, 2017 та ін.) вивчаються причини низького рівня здоров'я й фізичної підготовленості сучасних школярів. Так, дослідження засвідчують, що здоров'я людей більше ніж на 50 % залежить від способу життя, на 20 % – від навколишнього середовища, на 20 % – від спадковості та на 10 % – від системи охорони здоров'я [10; 14; 17].

Негативно впливають на здоров'я дітей і такі соціально-психологічні фактори, як зловживання тютюну в 71 % сімей, у яких палить батько, у 6,1 % – мати; погані матеріально-побутові умови; фактори медико-демографічного характеру; безвідповідальне ставлення батьків до виховання дітей [14, 21].

Дослідження рухової активності, проведені українським інститутом соціологічних досліджень ім. О. Яременка, свідчать, що понад 50 % дітей практикували фізичну активність лише до 30 або 60 хв на тиждень, а в дівчаток фізична активність у 2–4 рази нижча, ніж у хлопчиків. Хоча відомо, що адаптаційні зміни в організмі дітей відбуваються за умов не менше 15–16-годинної спеціально-орієнтованої активності на тиждень [9]. Такий підхід і ставлення дітей до рухової активності погіршує стан їхнього здоров'я й спричинює виникнення хронічної патології.

Зарубіжні фахівці констатують, що невелику роль у тому, що для сучасних дітей та підлітків властива стійка негативна тенденція в рівні їхньої фізичної підготовленості, відіграють епоха, зовнішні чинники сьогодення (інформатизації, захопленість гаджетами, комп'ютерними іграми та ін). О. Бар-Ор, Т. Роуланд констатують, що «низький рівень фізичної підготовленості також призводить до гіпоактивності й це стає частиною замкнутого кола» [1; 25].

Провідні українські науковці Т. Ю. Круцевич [12], Є. Н. Приступа [18] фізичну підготовленість радять розглядати ширше, не обмежуючись лише рівнем розвитку рухових якостей та опануванням певних рухових дій. Вони наполягають на обов'язковому врахуванні морфофункціональних можливостей органів і систем організму, що дасть змогу цілісно й проекційно підходити до формування соматичного здоров'я особистості.

Вищевикладене зумовлене доцільністю дослідження фізичної підготовленості учнів 5–6 класів. Із цією метою застосовано педагогічне тестування, результати якого свідчили про рівень розвитку фізичних якостей.

Фізичну підготовленість учнів 5–6 класів визначали за результатами педагогічного тестування, які констатують рівень розвитку основних фізичних здібностей (швидкості, сили, спритності, гнучкості, витривалості).

Фізичну підготовленість переважно оцінюють за абсолютними показниками, за процентним відношенням виконання вимог, нормативів чи виставленням диференційованих оцінок за виконання навчальних норм або за набраними балами.

Мета дослідження – установити рівень фізичної підготовленості учнів 5–6 класів м. Києва.

Матеріали та методи дослідження. В експерименті брали участь 194 особи – діти 5–6 класів, 10–12 років, із них 90 – хлопчики й 104 – дівчатка. Від усіх учасників отримано інформовану згоду на участь у цьому експерименті.

Організація дослідження. Дослідження проводили на базі спеціалізованої школи № 269 м. Києва з поглибленим вивченням французької мови. Для розгляду фізичної підготовленості школярів 5–6 класів використано такі рухові тести (традиційні контрольні вправи), які відповідали нормативним вимогам й умовам проведення тестування [11]: стрибок у довжину з місця (см); згинання-розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів); підтягування у висі для хлопців (кількість разів); човниковий біг 4x9 м (с); біг 30 м (с); біг 1000 м (хв); нахил тулуба вперед із положення сидячи (см). Силу м'язів кисті вимірювали за допомогою дитячого кистьового динамометра за загальноприйнятою методикою [11].

Статистичний аналіз. Результати досліджень піддано математично-статистичній обробці з метою інтерпретації результатів педагогічних експериментів, як того вимагають подібні дослідження в галузі фізичної культури й спорту [8, 24]. Проводили такі математичні процедури:

– оцінка та характеристики варіаційних рядів параметрів представників різних вікових і статевих груп, контрольних й експериментальних, а саме – середнє арифметичне варіаційного ряду (\bar{x}), середнє квадратичне відхилення (S). Темпи приростів результату обчислювали за індексом Бруді:

$$ІБ = \frac{100(V2 - V1)}{0,5(V1 + V2)}$$

де

V_1 – початковий результат;

V_2 – кінцевий результат.

Математично-статистичну обробку отриманих результатів дослідження виконували з використанням пакетів прикладних програм MS Excel і «Statistica 6.0», що дала змогу провести аналіз вимірювань та розрахунок базових величин.

Результати дослідження. Рівень фізичної підготовленості учнів 5–6 класів визначали, порівнюючи отримані результати тестування з нормативними показниками, які представлені в навчальній програмі «Фізична культура (5–9 клас)» (затверджена наказом МОН від 23.10.2017 № 1407), а також Державною системою тестів України [15; 23].

Таблиця 1

Статистичні значення показників фізичної підготовленості учнів 5–6 класів

Руховий тест	Статистичні характеристики	Значення статистичних показників			
		хлопці		дівчата	
		5 клас n = 46	6 клас n = 44	5 клас n = 51	6 клас n = 53
1	2	3	4	5	6
Біг 30 м, с	\bar{x}	5,70	5,53	6.23	6.25
	min	5,0	4,9	5.5	5,4
	max	6,9	6,9	7.2	7,4
	S	0,39	0,50	4.58	0,45
Біг 1000 м, хв, с	\bar{x}	4,92	4,93	5.78	5,59
	min	4,3	4,2	5.1	4,5
	max	5,5	5,4	7.2	7,1
	S	0,41	0,40	0.56	0,64
Човниковий біг 4x9, с	\bar{x}	10,8	10,6	10.9	10,9
	min	9,8	9,7	10.3	10,0
	max	11,8	11,6	12.3	12,1
	S	0,46	0,50	0.47	0,54
Стрибок у довжину з місця, м	\bar{x}	169,61	172,64	148.47	151,68
	min	140,0	150,0	132	135,0
	max	200,0	210,0	171	175,0
	S	11,87	13,66	10.53	11,23

Закінчення таблиці 1

1	2	3	4	5	6
Згинання-розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів	\bar{X}	15,30	17,18	5,55	8,13
	min	8,0	10,0	2	3,0
	max	25,0	27,0	12	18,0
	S	4,56	3,65	2,17	3,39
Підтягування, кількість разів	\bar{X}	4,98	5,59	11,8	16,38
	min	0	2,0	4	6,0
	max	15,0	15,0	18	30,0
	S	3,38	2,85	3,87	6,13
Нахил тулуба в положенні сидячи, см	\bar{X}	4,02	4,86	9,88	10,92
	min	2,0	2,0	5	5,0
	max	8,0	9,0	15	16,0
	S	1,39	1,79	2,36	3,64
Динамометрія кисті (права), кг	\bar{X}	15,75	18,58	13,45	16,85
	min	13,1	14,2	9,8	10,7
	max	19,5	23,1	18	24,1
	S	1,62	2,29	2,26	2,84
Динамометрія кисті (ліва), кг	\bar{X}	14,87	17,65	12,57	15,89
	min	12,0	13,0	8,7	10,0
	max	18,1	22,1	17,1	23,6
	S	1,69	2,27	2,25	2,87

Результати тестування швидкості відповідають достатньому рівню компетентності й свідчать, що в хлопців спостерігаються незначні темпи приросту (3 %), а в досліджуваних дівчат простежуємо їх відсутність і навіть погіршення результату (-0,3 %) (табл. 2), що пояснюється тим, що в дівчаток починається пубертатний період, який характеризується дисбалансом у функціонуванні організму.

Таблиця 2

Темпи приросту показників фізичної підготовленості учнів 5–6 класів

Руховий тест	Здібність	Приріст, %	
		хлопці	дівчата
		від 5 до 6 класу	від 5 до 6 класу
Біг 30 м, с	Швидкість	3	-0,3
Біг 1000 м, хв с	Витривалість	-0,2	3,3
Човниковий біг 4x9, с	Спритність	1,3	0,3
Стрибок у довжину з місця, см	Швидкісно-силова	1,8	2,14
Згинання-розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів	Силова витривалість	11,6	37,7
Підтягування, кількість разів	Силова витривалість	11,5	32,5
Нахил тулуба у положенні сидячи, см	Гнучкість	18,9	10
Динамометрія кисті (права), кг	Сила м'язів кисті	16,5	22,4
Динамометрія кисті (ліва), кг	Сила м'язів кисті	17	23,3

Темпи приросту рівня витривалості в дівчат кращі, ніж у хлопців (3,3 % – дівчата і 0,2 – хлопці). Згідно з програмою «Фізична культура (5–9 клас)» цей тест проходить без кількісного вимірювання, оцінюється можливість подолання дистанції.

Отримані нами результати тестування координаційних здібностей свідчать про високий рівень компетентності в усіх групах. Однак темпи приросту є малими як у хлопців (1,3 %), так і в дівчат (0,3 %) (табл. 2).

Високий рівень компетентності показали учні й у тестуванні швидкісно-силових якостей. Показник стрибка в довжину з місця в період із 10 до 12 має рівномірний і невисокий темпи розвитку. Так, у хлопців він складає 1,8 %, а в дівчат – 2,1 %.

Показники двох тестів на силову витривалість відповідають достатньому та високому рівнем компетентності. Результати дослідження свідчать, що показники тестів «згинання-розгинання рук в упорі лежачи» та «підтягування» мають достовірно високі темпи розвитку в обох статевих групах, особливо в дівчат (хлопці – 11,6 % і 11,5 %; дівчата – 37,7 % і 32,5 %).

Рівень розвитку гнучкості відповідає середньому й достатньому рівням згідно з Державною системою тестів України. Річний приріст у хлопців становив 18,9 %; у дівчат – 10 %.

Результати досліджень свідчать про високі темпи приросту показників сили м'язів як правої (хлопці – 16,5 %; дівчата – 22,4 %), так і лівої кистей (хлопці – 17 %; дівчата – 23,3 %).

Отримані нами дані не підтверджують дослідження Л. В. Волкова [4] (табл. 3).

Таблиця 3

Вікові темпи приросту фізичних здібностей у школярів молодшого віку (Л. В. Волков, 2002)

Вік, років	Стать	Фізичні здібності, %			
		швидкісно-силові	швидкість	гнучкість	спритність
10–11	хлопці	18	7	4	-8
	дівчата	18	3	3	9

Цікавим є порівняння отриманих нами даних із результатами фахівців, які досліджували проблему фізичної підготовленості учнів основної школи в різних аспектах.

Так, Н. М. Грабик порівнювала фізичну підготовленість сучасних учнів 10–12 років сільських ЗОШ дітей 10–12 років з аналогічним дослідженням 1985 р. Порівняльний аналіз фізичної підготовленості 10–12-річних учнів сільської школи сьогодення та їхніх однолітків у 1985 р. в Тернопільській області дав змогу виявити спільні тенденції, а саме: 1) за показниками швидкості, спритності, швидкісно-силових можливостей школярі сьогодення переважають своїх однолітків у 1985 р. Ця перевага коливається в діапазоні 3,8–15,2 % ; 2) у хлопців-школярів 10–12-річного віку в 1985 р. показники силової динамометрії є кращими (4,5–20,8 %); 3) 10–12-річні школярки 1985 р. переважають наших сучасних дівчаток за результатами тесту «стрибок у довжину з місця». Різниця перебуває в межах 4,1–6,8%. Перевага школярів сільської школи сьогодення над їхніми однолітками в 1985 р. у фізичній підготовленості в більшості тестів, можливо, зумовлена тим, що раніше учні йшли в перший клас із 7-річного віку, а тепер – із 6-річного. Тому в сучасних школярів на один рік довше відбувається цілеспрямований процес фізичного виховання в школі [5].

Дослідження С. О. Грициляк [6], яке стосується дослідження динаміки фізичної підготовленості протягом року, засвідчило, що рівень фізичної підготовленості молодших підлітків (10–11 років) на початку навчального року нижчий, порівняно з кінцем, що вказує на недостатню рухову активність улітку. Дані отриманих показників підтверджують результат, рівень якого перебуває на стадії між початковим і середнім досягненнями. Анкетування засвідчило, що діти під час літніх канікул більшість часу приділяли комп'ютеру – 45 %. Близько 22 % дітей, які відпочивали в літніх дитячих таборах, де велася запланована програма для дітей із різноманітними розвагами, отримали позитивні емоції та енергію від активного відпочинку. На природі активно відпочивало 20 % учнів (граючи в спортивні ігри зі своєю родиною й друзями). Лише 13 % дітей, які не їздили відпочивати, залишились узагалі без уваги та активного відпочинку в літній період.

Дослідження А. Нападій [16] також свідчать, що за період літніх канікул у підлітків знижуються функціональні показники, фізична роботоздатність, фізичний стан і фізична підготовленість, що викликає необхідність перегляду змісту навчальної програми з фізичної культури у вересні для створення сприятливих умов адаптації їхнього організму до навчального процесу та прискорення процесів упрацьованості.

І. Васкан [3] у своїй роботі «Стан фізичної підготовленості підлітків», у якій розглядає фізичну підготовленість учнів 11–15 років, відзначає, що в підлітків простежується нерівномірність розвитку фізичних якостей. Загалом виявлено закономірність поступового, але непрямої зростання результатів тестових обстежень. Особливо низькі оцінки виявлено в респондентів 11–12 років. Гірший стан виявлено за показниками розвитку витривалості, гнучкості й силових якостей, дещо краще розвинена швидкість.

В. О. Пустовалов, Ю. О. Петренко, О. Е. Меньших [19] відзначають, що в їхньому дослідженні, де визначався рівень фізичної підготовленості школярів 11–14 років, найнижчі показники рівня розвитку фізичних здібностей мали 11-річні учні. Найбільші прирости в хлопців отримано під час виконання тестових вправ на силу та прояву швидкісно-силових здібностей, а в дівчат – на гнучкість і витривалість. Найменше змінювалися результати у вправах на швидкість та спритність. Під час вивчення фізичної підготовленості в досліджуваному віковому періоді виявлено достовірні різниці результатів між групами хлопців і дівчат, зокрема у вправах на швидкість, спритність, силу та на прояви швидкісно-силових здібностей.

Дискусія. Результати тестування фізичної підготовленості учнів відповідають достатньому й високому рівням компетентності. Проте, якщо порівнювати з нормами та з отриманими результатами вчених попередніх років [4; 13; 14], то отримаємо низький і середній рівні підготовленості учнів.

О. М. Саїнчук запропонувала переглянути тест на гнучкість, адже вимоги до нього вдвічі менші, ніж за кордоном [20]. Те саме можна сказати про інші тести та вимоги до них. Тест на витривалість узагалі відбувається без урахування часу. Тож досить складно оцінити цю якість у учнів.

В. О. Пустовалов, Ю. О. Петренко, О. Е. Меньших [19] говорять про необхідність удосконалення сучасної системи тестування та оцінювання успішності навчання учнів. На думку фахівців, виправданою є ідея рекомендувати для застосування в українських школах низку інноваційних технологій педагогічного контролю, які б дали можливість підвищити якість й об'єктивність оцінювання фізичної підготовленості учнів і сприяли підвищенню мотивацій до занять як на уроках фізичної культури, так і в позаурочний час.

М. В. Стефанишин [22] відзначає, що сьогочасна система оцінювання фізичної підготовленості школярів суперечить сучасним вимогам і задекларованим функціям нормативних засад системи фізичного виховання. Суперечностями є: 1) мета педагогічного процесу та система оцінювання

навчальних досягнень учнів; 2) невідповідність нормативів навчальної програми рівню фізичного розвитку; 3) переважання традиційної системи оцінки фізичних здібностей й наявна потреба в застосуванні інноваційних методів оцінювання та ін.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Аналіз отриманих результатів тестування дав підставу зробити висновки про те, що результати учнів відповідають достатньому й високому рівням компетентності згідно з навчальною програмою «Фізична культура (5–9 клас)», а також Державною системою тестів України. Проте, на нашу думку, певні позиції Державних тестів потребують перегляду, оскільки є дещо заниженими. Ураховуючи той факт, що рівень фізичної підготовленості взаємопов'язаний із рівнем соматичного здоров'я дітей, вважаємо, що така «корекція» нормативів не сприятиме оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи в ЗОШ.

Отримані нами результати є підґрунтям для розробки інноваційної програми «Роликові ковзани: інноваційний здоров'яформувальний вектор у фізичному вихованні».

Джерела та література

1. Бар-Ор О., Роуланд Т. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения/[пер. с англ. И. Андреев]. Киев: Олимп. лит., 2009. 528 с.
2. Борисова Ю. Ю. Комплексна оцінка фізичної підготовленості дітей шкільного віку. *Молода спортивна наука України*. Львів: НВФ «Українські технології», 2004. Вип. 8. Т. 3. С. 43–48.
3. Васкан І. Стан фізичної підготовленості підлітків. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. праць № 1 (21)/М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки; [редкол.: А. В. Цьось та ін.]. Луцьк: СХУ ім. Лесі Українки, 2012. С. 269–272.
4. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимп. лит., 2002. 294 с.
5. Грабик Н. М. Характеристика фізичної підготовленості сільських дітей 10–12 років порівняно з однолітками в 1985 році. *Слобожанський науково-спортивний вісник*: [наук.-теорет. журн.]. Харків: ХДАФК, 2011. № 4. С. 35–40.
6. Грициляк С., Цюпак Ю. Порівняльна характеристика фізичної підготовленості молодших підлітків основної школи. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*: зб. наук. праць/М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки; [редкол.: А. В. Цьось та ін.]. Луцьк, 2012. № 4 (20). С. 266–269. Бібліогр. : с. 268–269.
7. Денисенко Н., Педик Л., Фукус Л., Чижик В. Особливості рівня здоров'я, фізичної підготовленості, самопочуття та ведення здорового способу життя в учнів загальноосвітніх шкіл і гімназій. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2007. № 3. С. 44–46.
8. Денисова Л. В., Хмельницькая И. В., Харченко Л. А. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: [учебное пособие для вузов]. Киев: Олимп. лит, 2008. 127 с.
9. Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді України / [за ред. О. М. Балакірева]. Київ: Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка, 2007. 128 с.
10. Кашуба В. О., Гончарова Н. М., Бутенко Г. О. Ефективність використання засобів оздоровчого туризму як основи рекреаційно-оздоровчої технології у фізичному вихованні молодших школярів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. праць / [ред. С. С. Єрмаков]. Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2016. № 2. С. 19–24.
11. Круцевич Т. Ю., Воробьов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Київ: Олімп. літ, 2011. 224 с.
12. Круцевич Т. Ю. Нормування результатів фізичної підготовленості дітей, підлітків та юнацтва методом індексів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2005. № 2. С. 22–26.
13. Круцевич Т. Ю. Основні напрямки вдосконалення програм фізичного виховання школярів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2007. С. 20–27.
14. Москаленко Н. В., Слісєва Д. С. Аналіз рівня соматичного здоров'я дітей старшого шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*: [наук.-практ. журн.]. Дніпропетровськ, 2014. № 118. С. 189–192.
15. Навчальна програма з Фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5–9 класи. URL: <http://osvita.ua/scholl/program/program-5-9/56135/>
16. Нападій А. Аналіз показників фізичного стану школярів 13–14 років на початку навчального року. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 2. С. 245–251. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2013_2_55/
17. Пангелова Н., Рубан В. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів сільських загальноосвітніх шкіл. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 3. С. 93–97. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2017_3_16
18. Приступа Є. Методологічні аспекти формування критеріїв оцінки фізичної підготовленості. *Молода спортивна наука України*: зб. наук. праць в галузі фізичної культури і спорту. Вип. 8. Львів: НВФ «Українські технології», 2004. Том 3. С. 283–287.

19. Пустовалов В. О., Петренко Ю. О., Меньших О. Е. (2015) Фізичні здібності підлітків із різним рівнем фізичного розвитку та властивостей нейродинамічних функцій: монографія/Manual. Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2015.
20. Саїнчук О. В. Порівняльна оцінка фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 2. С. 93–97.
21. Солопчук Д. Проблеми формування здорового способу життя в учнів загальноосвітніх шкіл. *Молода спортивна наука України: зб. наук. праць*. – Львів, 2003. Вип. 7. Т. 2. С. 120–122.
22. Стефанишин М. В. Диференціація оцінювання фізичної підготовленості школярів 10–11 класів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: [спец.] 24.00.02 «Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення»/Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2017. 20 с.
23. Тести і нормативи для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17>
24. Шиян Б. М., Вацеба О. М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті: навч. посібн. Тернопіль: навч. кн. Богдан, 2008. 276 с.
25. Young people's health in context. Health Behaviour in School aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey / [Ed. Candace Currie et al.]. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2007. 270 p.

References

1. Bar-Or, O. & Rouland, T. (2009). Zdorove detei i dvihatelnaia aktivnost: ot fiziologicheskikh osnov do prakticheskogo primeneniia [Children's health and motor activity: from physiological principles to practical application]. K., Olimp. L-ra, 528.
2. Borisova, Yu. Yu. (2004). Kompleksna otsinka fizychnoi pidhotovlenosti ditei shkilnoho viku [Complex assessment of the physical preparedness of the school age children]. *Moloda sportyva nauka Ukrainy*. Lviv : NVF «Ukrainski tekhnolohii». Vyp. 8. T. 3, 43–48.
3. Vaskan, I. (2012). Stan fizychnoi pidhotovlenosti pidlitkiv [State of the physical preparedness of the teenagers]. *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi* : zb. nauk. pr. no.1 (21). M-vo osvity i nauky, molodi ta sportu Ukrainy, Skhidnoievrop. nats. un-t im. Lesi. Lutsk, SNU im. Lesi Ukrainky, 269–272.
4. Volkov, L. V. (2002). Teoriia i metodika detskoho i yunosheskoho sporta [Theory and methodology of children and youth in sport]. K., Olimpiiskaia literatura, 294.
5. Hrabuk, N. M. (2011). Kharakterystyka fizychnoi pidhotovlenosti silskykh ditei 10 – 12 rokiv porivniano z odnolitkamy v 1985 rotsi [Description of physical preparedness of rural children 10–12 years comparative with persons the same of age in 1985 year]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk* : [nauk.-teor.zhurn.]. Kharkiv, KhDAFK, no. 4, 35–40.
6. Hrytsyliak, S. & Tsiupak, Yu. (2012). Porivnialna kharakterystyka fizychnoi pidhotovlenosti molodshykh pidlitkiv osnovnoi shkoly [Comparison characteristics of physical qualification among younger teenagers of basic school]. *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi* : zb. nauk. pr. M-vo osvity i nauky, molodi ta sportu Ukrainy, Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky. Lutsk, no. 4 (20), 266–269.
7. Denysenko, N. Pedyk, L., Fukus, L. & Chyzyk, V. (2007) Osoblyvosti rivnia zdorovia, fizychnoi pidhotovlenosti, samopochuttia ta vedennia zdorovoho sposobu zhyttia v uchniv zahalnoosvitnikh shkil i himnazii [Peculiarity of the health level, physical preparedness, well-being and healthy lifestyle of the students of the secondary schools and grammar schools]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, no. 3, 44–46.
8. Denisova, L. V. (2008) Izmereniia i metody matematicheskoi statistiki v fizicheskom vospitanii i sporte [Measurements and methods of mathematical statistics in physical education and sport]. K., Olimp. l-ra, 127.
9. Balakirieva, O. M. (2007) Zdorovia ta povedinkovi oriantatsii uchnivskoi molodi Ukrainy [Health and behavioral orientations of Ukrainian students]. K., Ukr. in-t sots. doslidzhen imeni O. Yaremenka, 128.
10. Kashuba, V. O., Honcharova, N. M. & Butenko, H. O. (2016). Efektyvnist vykorystannia zasobiv ozdorovchoho turyzmu yak osnovy rekreatsiino-ozdorovchoi tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni molodshykh shkoliariv [Efficiency of the use of health tourism as the basis of recreational and health technology in the physical education of junior pupils]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*: zb. nauk. pr. Kharkiv, KhDADM (XXPI), no. 2, 19-24.
11. Krutsevych, T. Yu., Vorobov, M. I. & Bezverkhnia, H. V. (2011). Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditei, pidlitkiv i molodi: navch.posib [Control in the physical education of children, adolescents and young people]. K., Olimp. l-ra, 224.
12. Krutsevych, T. Yu. (2005). Normuvannia rezultativ fizychnoi pidhotovlenosti ditei, pidlitkiv ta yunatstva metodom indeksiv [Rerification of results of physical preparedness of children, teenagers and youth by the index method]. *Sportyvnyi visnyk Prydnistrovia*, no. 2, 22–26.
13. Krutsevych, T. Yu. (2007). Osnovni napriamky vdoskonalennia prohram fizychnoho vykhovannia shkoliariv [The main directions of the improvement of programs of the physical education of schoolchildren]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, 20–27

14. Moskalenko, N. V. & Yelisieieva, D. S. (2014) Analiz rinvia somatychnoho zdorovia ditei starshoho shkilnoho viku [An analysis of the level of somatic health of children of senior school age]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. Dnipropetrovsk, no. 118, 189–192.
15. Navchalna prohrama z Fizychnoi kultury dlia zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv 5–9 klasy (2017). [Educational program for physical culture for educational institutions 5-9 grade] [Rezhyim dostupu] <http://osvita.ua/scholl/program/program-5-9/56135/>
16. Napadii, A. (2013). Analiz pokaznykiv fizychnoho stanu shkoliariv 13–14 rokiv na pochatku navchalnoho roku [Analysis of indicators of the physical condition of schoolchildren 13–14 years old at the beginning of the school year]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no.2, 245–251. Rezhyim dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2013_2_55/
17. Panhelova, N. & Ruban, V. (2017). Suchasni pidkhody do orhanizatsii fizkulturno-ozdorovchoi roboty z uchniamy pochatkovykh klasiv silskykh zahalnoosvitnikh shkil [Modern approaches to the organization of physical culture and health work with elementary school students in rural general schools]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, no., 93–97. – Rezhyim dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2017_3_16
18. Prystupa, Ye. (2004). Metodolohichni aspekty formuvannia kryteriiv otsinky fizychnoi pidhotovlenosti [Methodological aspects of the formation of criteria for evaluating physical preparedness]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zbirnyk naukovykh prats v haluzi fizychnoi kultury i sportu*, vyp. 8, Lviv., NVF «Ukrainski tekhnolohii», t. 3, 283–287.
19. Pustovalov, V. O. Petrenko, Yu. O. & Menshykh, O. E. (2015) Fizychni zdibnosti pidlitkiv iz riznym rinvem fizychnoho rozvytku ta vlastyvostei neirodynamichnykh funktsii: monohrafiia. [Physical abilities of adolescents with different levels of physical development and properties of neurodynamic functions]. ChNU imeni Bohdana Khmelnytskoho, Cherkasy.
20. Sainchuk, O. V. (2013). Porivnialna otsinka fizychnoi pidhotovlenosti uchniv molodshoho shkilnoho viku [Comparative estimation of physical preparedness of pupils of junior school age]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*, no. 2, 93–97.
21. Solopchuk, D. (2003). Problemy formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia v uchniv zahalnoosvitnikh shkil [Problems of formation of a healthy life-style in students of secondary schools]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, Lviv, vyp. 7, t. 2.
22. Stefanyshyn, M. V. (2017). Dyferentsiatsiia otsiniuvannia fizychnoi pidhotovlenosti shkoliariv 10-11 klasiv : avtoref. dys. kand. Nauk z fiz. vykhovannia ta sportu: [spets.] 24.00.02 [Differentiation of assessment of physical preparedness of schoolchildren of grades 10–11]. «Fiz. kultura, fiz. vykhovannia riznykh hrup naseleennia». Lviv. Derzh. un-t fiz. kultury. Lviv, 20.
23. Testy i normatyvy dlia provedennia shchorichnoho otsiniuvannia fizychnoi pidhotovlenosti naseleennia Ukrainy (2017). [Tests and standards for the annual evaluation of physical preparedness of the population of Ukraine] [Rezhyim dostupa] <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0195-17>
24. Shyian, B. M. & Vaseba, O. M. (2008). Teoriia i metodyka naukovykh pedahohichnykh doslidzhen u fizychnomu vykhovanni i sporti: navch. Posibn [Theory and methodology of scientific pedagogical research in physical education and sports]. Ternopil, Navchalna knyha, Bohdan, 276.
25. Young people's health in context. Health Behaviour in School aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey (2007). Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 270.

Стаття надійшла до редакції 15.05.2018 р.