

ВОЛИНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

Данилевич Мирослава Василівна

УДК 796. 071.5: 371.037.044

**СПІВПРАЦЯ СІМ'Ї ТА ШКОЛИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ УЧНІВ
СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

24. 00. 02 - Фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук
з фізичного виховання і спорту

Луцьк - 1999

Дисертацією є рукопис

Робота виконана у Львівському державному інституті фізичної культури,
Державний комітет України з фізичної культури і спорту

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент **Соломонко Олександр Васильович**, Львівський державний інститут фізичної культури, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор **Куц Олександр Сергійович**, Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання

кандидат педагогічних наук, професор **Осінчук Володимир Григорович**, Львівський державний університет імені Івана Франка, завідувач кафедри фізичного виховання

Провідна установа: Прикарпатський університет імені Василя Стефаника, Міністерство освіти України, кафедра теорії і методики фізичного виховання і спорту, м. Івано-Франківськ

Захист відбудеться “ 15 ” жовтня 1999 року об 11⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К.32.051.02 Волинського державного університету імені Лесі Українки за адресою: 263000, м. Луцьк, вул. Винниченка, 30.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Волинського державного університету імені Лесі Українки (263000, м. Луцьк, вул. Винниченка, 30).

Автореферат розісланий “ 12 ” вересня 1999 року.
Вчений секретар спеціалізованої вченої ради Цьось А.В

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. Стан здоров'я населення сучасної України має тенденцію до погіршення. Це обумовлюється посиленням негативних впливів екологічних, економічних, соціальних та інших факторів. У сучасних умовах одним з ефективних та доступних засобів профілактики захворюваності, підвищення розумової та фізичної працездатності, проведення дозвілля школярів є фізична культура (Л.І.Лубишева, 1994; В.М.Рибак, 1995; В.К.Бальсевич, 1996; І.Козетов, 1996; Б.М.Шиян, 1998).

Статистика свідчить, що при вступі до школи різноманітні відхилення у стані здоров'я має кожна третя дитина, а до кінця навчання у дев'ятому класі - кожна друга (О.М.Балакірева, 1995; С.І.Присяжнюк, 1998). У 10-20% сучасних школярів виявлено надлишкову масу тіла; у 30-40% - захворювання носоглотки; у 20-40% - порушення постави; у 50% - дефекти зору і нервово-психічні відхилення; у 50-60% - схильність до частих захворювань (В.Добринський, 1997; О.Д.Дубогай, 1998; О.С.Куц, 1998; Ю.М.Шкретій, 1998).

Кількість здорових випускників шкіл, за даними різних фахівців, в останні роки становила від 5 до 25% (М.І.Долішній, С.М.Злупко, 1997, А.В.Домашенко, 1998). Серед випускників загальноосвітніх шкіл 40% учнів мають хронічні захворювання, кожен третій юнак не призивається на військову службу за станом здоров'я (В.І.Глухов, 1994; Ю.М. Ніколаєв, 1997; Т.Г.Овчаренко, 1997).

Встановлено, що однією з причин різноманітних відхилень у фізичному розвитку і стані здоров'я дітей є недостатня рухова активність, обсяг якої з кожним роком зменшується (В.П.Мурза, 1991; А.Г.Сухарєв, 1991; В.С.Язловецький, 1991; Н.А.Карпушко, С.В.Поспелова, 1997; Р.З.Поташнюк, 1997). Уроки фізичної культури компенсують необхідний для дитячого організму об'єм рухової активності лише на 11-13% (В.А.Леонова, П.С.Данчук, 1991, В.Ф. Новосельський, 1994; Т.В.Гнітецька, 1998).

Природня потреба дитини у рухах починає помітно знижуватися у середніх класах, а в старших класах все більша кількість школярів не бажає займатися фізичною культурою (Ю.А.Копилов, 1986; Б.В.Валик, 1990; Е.М.Іванова, 1997). Тому, дуже важливо своєчасно сформулювати у дітей потребу у систематичній фізичній активності. Найбільш сприятливим для цього вважається середній шкільний вік, оскільки у цьому віці відбуваються значні зміни фізичного та психічного розвитку дитини, закладаються основи здоров'я, майбутніх звичок, формуються погляди на життя, інтереси, риси характеру і свідомість (Н.А.Козленко, 1985; В.К.Бальсевич, В.А.Запорожанов, 1987; Г.П.Богданов, 1989).

На даний час школа та позашкільні заклади не можуть самостійно вирішити ці питання, тому сім'я повинна в значній мірі допомагати їм. Співпраця сім'ї та школи, за умов її ефективної організації, може стати суттєвим важелем активізації залучення дітей до занять фізичною культурою (В.П.Байков, 1987; А.А.Комар, 1993; О.М.Докукіна, 1993; О.Д.Дубогай, Л.В.Щербань, 1998).

За останні роки, у зв'язку зі складним соціально-економічним становищем у суспільстві, в значній мірі порушились традиційні зв'язки сім'ї та школи у фізичному вихованні дітей (В.Г.Бакашвілі, 1990; Т.В.Кравченко, 1993; А.Т.Акбаров, 1994; С.С.Новикова, 1994). Тому існує потреба у розробці сучасних шляхів, методів, форм, засобів фізичного виховання школярів у умовах взаємодії сім'ї та школи.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана на підставі Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Державного комітету України з фізичної культури і спорту на 1998-2000 рр. за темою 1.4.5: "Методичні аспекти фізичного виховання в державній системі освіти".

Мета дослідження: розробити та експериментально обґрунтувати програму співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку.

Задачі дослідження:

1. Узагальнити досвід теорії і практики з питань співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку.
2. Дослідити показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів 11-13 років м. Львова.
3. Вивчити ставлення учнів та їх батьків до фізичної культури і спорту, вчителів фізичної культури до співпраці сім'ї та школи.
4. Визначити вплив розробленої програми співпраці сім'ї та школи на ефективність фізичного виховання школярів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у наступному:

- розроблено концептуальні підходи до співпраці сім'ї та школи у сучасних умовах фізичного виховання дітей середнього шкільного віку;
- складена програма (теоретичне обґрунтування, форми, методи, засоби) співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку;
- вперше комплексно досліджено ставлення вчителів фізичної культури і батьків до співпраці сім'ї та школи; батьків та учнів різного рівня фізичної підготовленості до занять фізичною культурою і спортом;
- доповнені та конкретизовані відомості про фізичний розвиток і фізичну підготовленість школярів 11-13 років м. Львова;
- отримали подальший розвиток дослідження про позитивний вплив рухової активності на фізичний стан школярів 12 років .

Практичне значення одержаних результатів полягає у тому, що:

- впроваджено в практику фізичного виховання учнів середнього шкільного віку авторську програму співпраці сім'ї та школи, яка сприяла підвищенню рухової активності школярів;
- доповнено новими даними навчальний курс “Теорія і методика фізичного виховання” для студентів Львівського державного інституту фізичної культури в розділі “Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку”;
- розроблено уніфіковані оціночні таблиці окремих показників фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів 11-13 років м. Львова для проведення педагогічного контролю за фізичним станом школярів;

Особистий внесок дисертанта полягає у розробці уніфікованих оціночних таблиць окремих показників фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів 11-13 років м. Львова. Автором складена програма співпраці сім'ї та школи у сучасних умовах фізичного виховання учнів середнього шкільного віку і визначено її вплив на показники фізичної підготовленості, фізичної та розумової працездатності, серцево-судинної системи та стан здоров'я 12-річних школярів м. Львова.

Апробація результатів дисертації. Матеріали досліджень доповідались на конференціях різних рівнів. В їх числі міжнародні: “Фізкультура, спорт та здоров'я нації” (Вінниця, 1994, 1998), “Проблемы физического воспитания и спорта в современных условиях” (Калінінград, 1997); Всеукраїнські: “Молода спортивна наука України” (Львів, 1999), “Актуальні проблеми оздоровчої фізичної культури, спорту для інвалідів та валеології в навчальних закладах України” (Кіровоград, 1997), “Фізична культура як фактор зміцнення здоров'я дітей і молоді в сучасних умовах” (Одеса, 1994); щорічні науково-методичні конференції викладачів Львівського державного інституту фізичної культури (1994-1999 рр.).

Матеріали дисертації викладені і обговорені на засіданнях кафедри теорії і методики фізичного виховання Львівського державного інституту фізичної культури (1994-1997 роки); на педрадах СШ №№ 54, 79 м. Львова (1995-1998 роки).

Публікації. За результатами досліджень опубліковано 17 робіт, в тому числі 5 статей у фахових виданнях України і 12 - у збірках матеріалів і тез конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота викладена на 196 сторінках і складається зі вступу, 6 розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаної літератури і додатків. Робота ілюстрована 43 таблицями і 7 рисунками. У праці використано 269 літературних джерел, з яких 27 - іноземних.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми; визначено мету та задачі дослідження; розкрито наукову новизну, практичне значення одержаних результатів, особистий внесок автора; описано сферу апробації результатів дослідження, зазначено кількість публікацій, структуру та обсяг дисертації.

У першому розділі **“Проблеми співпраці сім’ї та школи у фізичному вихованні школярів”** подано аналіз та узагальнення наукових праць з проблеми дослідження. Літературний огляд висвітлює: законодавчі та програмно-нормативні основи фізичного виховання дітей на сучасному етапі; вплив рухової активності на здоров’я і функціональний стан організму учнів середнього шкільного віку; особливості фізичного розвитку підлітків; формування у школярів інтересу та мотивації до фізкультурних занять; зміст фізичного виховання у сім’ї; співпраця сім’ї та школи у фізичному вихованні дітей.

У другому розділі **“Методика і організація дослідження”** описано зміст та процедуру застосування комплексу взаємодоповнюючих методів дослідження, а саме: аналіз та узагальнення літературних джерел з питань фізичного виховання учнів; медико-біологічних, соціологічних та педагогічних методів дослідження; методів математичної статистики.

Дослідження фізичного розвитку школярів здійснювалося з використанням антропометрії (визначались довжина, маса тіла та окружність грудної клітки).

Рівень фізичної підготовленості школярів визначався за допомогою “Державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України” (1996).

Рухова активність вивчалась за методикою В.А.Леоніної (1991), модифікованою О.С.Купом (1997). Вираховувався індекс рухової активності школяра за тиждень.

Оцінка фізичної працездатності школярів здійснювалась за допомогою степ-тесту. Розрахунок проводився за формулою В.Л.Карпмана (1974) і рекомендаціями С.Б.Тихвінського, С.В.Хрущова (1980). На основі даних степ-тесту, за рівнянням регресії, розраховувався показник максимального споживання кисню.

За методикою М.Б.Зикова (1974), модифікованою А.В.Магльованим (1988) визначались такі показники розумової працездатності: час аналізу одного знаку, швидкість переробки зорової інформації, коефіцієнт точності, коефіцієнт продуктивності, час простої рухової реакції, показник короткотривалої пам’яті. Також аналізувався середній бал успішності навчання учнів впродовж навчального року.

Гемодинаміки школярів 12 років оцінювалась за показниками максимального і мінімального артеріального тиску, частоти серцевих скорочень за 1 хв., пульсового тиску, систолічного та хвилинного об’єму крові, середнього артеріального тиску, ударного і серцевого індексів.

Дослідження функціонального стану серцево-судинної системи здійснювалось із використанням електрокардіографії. Вегетативна регуляція серцевого ритму у дітей

вивчалась методом математичного аналізу ста кардіоінтервалів за методикою Р.М.Баєвського (1975), вдосконаленою за допомогою сейсмокардіографічного датчика СКГ-SA2893234СП № 864. Розрахунки проводились за методикою Г.Б.Сафронової (1984).

Дослідження передбачало декілька етапів. На першому етапі (1994-1995 рр.) вивчалась науково-методична література та здійснювалась підготовча робота до проведення педагогічного експерименту.

На другому етапі (1995-1996 рр.) проводився констатуючий педагогічний експеримент. Визначались показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів 11-13 років м. Львова. Було обстежено 700 школярів, віднесених за станом здоров'я до основної медичної групи. Далі, на основі анкетування, вивчалось ставлення дітей та їх батьків (700 осіб) до фізичної культури і спорту та вчителів фізичної культури (33 особи) до співпраці сім'ї та школи. За результатами досліджень була складена експериментальна програма співпраці (форми, засоби та методи) сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку.

На третьому етапі (у 1996-1997 навчальному році) на базі СШ №54 і №79 м. Львова проводився основний педагогічний експеримент. У ньому брало участь 95 учнів 12 років та їх батьки. З числа учнів було сформовано чотири групи, окремо хлопчиків і дівчаток: дві контрольні і дві експериментальні. Визначався вплив розробленої програми співпраці на ефективність процесу фізичного виховання школярів за показниками їх фізичної підготовленості, фізичної та розумової працездатності, функціонального стану серцево-судинної системи.

У третьому розділі **“Характеристика показників фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів”** подано результати обстеження учнів 11-13 років загальноосвітніх шкіл м. Львова.

Виявлено значну неоднорідність показників фізичного розвитку ($V=6.2 - 51.8\%$) та різні темпи їх приросту з 11 до 13 років. Найвищі темпи приросту довжини, маси тіла та окружності грудної клітки зафіксовано у дітей в період з 11 до 12 років.

Порівняльний аналіз показників фізичного розвитку свідчить про наявність суттєвих розбіжностей ($p<0.05$) між школярами м. Львова та міст центральної зони України. Так, темпи приросту довжини тіла вищі у хлопчиків з центральної зони України та дівчаток-львів'янок; маси тіла - у дівчаток м. Львова; відсутні розбіжності за показниками маси тіла у хлопчиків та окружності грудної клітки у хлопчиків і дівчаток 11-13 років.

Оцінка рівня фізичного розвитку виявила, що 8.3% обстежених хлопчиків мають низький рівень фізичного розвитку; 15.0% - нижче середнього; 36.8% - середній; 29.7% - вище середнього та 10.2% - високий рівень фізичного розвитку. За результатами якісної оцінки дівчатка практично не відрізняються від хлопчиків: 7.2% - низький; 13.9% - нижче середнього; 34.7% - середній; 32.1% - вище середнього і 12.1% - високий рівень фізичного розвитку.

Аналіз показників фізичної підготовленості хлопчиків показав, що за основними фізичними якостями у них спостерігається поступове зростання результатів у віковому діапазоні з 11 до 13 років. Виняток складають результати тесту на гнучкість, які знижуються. У дівчаток рівномірне зростання показників зафіксовано лише в результатах бігу на 1500 м та згинання-розгинання рук в упорі лежачи. У показниках інших чотирьох випробувань (біг 60 м, човниковий біг 4 x 9 м, нахили тулуба вперед з положення сидячи, стрибок у довжину з місця) спостерігаються стрибкоподібні зміни: результати або дещо знижуються з віком, або зростають.

Оцінка рівня фізичної підготовленості показала, що 23.4% обстежених хлопчиків мають низький; 26.1% - нижче середнього; 29.2% - середній; 17.5% - вище середнього та лише 3.8% - високий рівні фізичної підготовленості (рис.1).

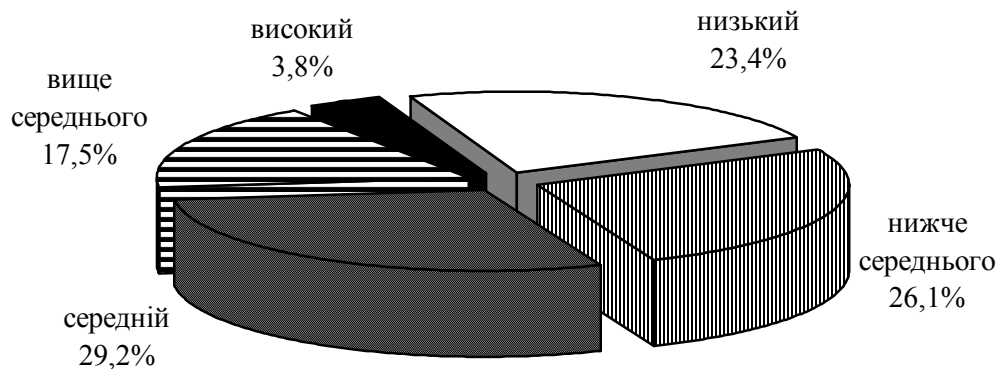


Рис. 1. Рівні фізичної підготовленості хлопчиків
11-13 років м. Львова

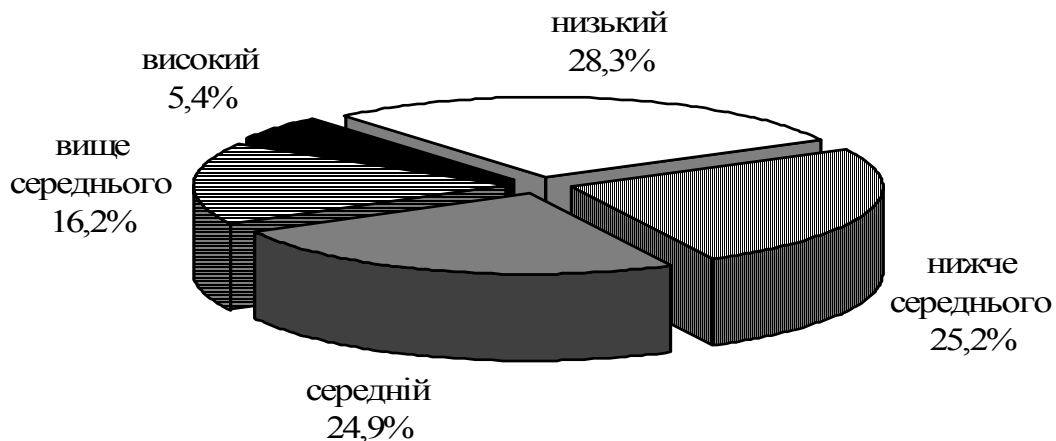


Рис. 2. Рівні фізичної підготовленості дівчаток
11-13 років м. Львова

У дівчаток встановлено наступні результати: 28.3% - низький; 25.2% - нижче середнього; 24.9% - середній; 16.2% - вище середнього та 5.4% - високий рівні фізичної підготовленості (рис.2).

Отже, четверта частина школярів 11-13 років м. Львова мають низький рівень фізичної підготовленості. Для забезпечення повноцінного здоров'я цим школярам необхідно його підвищити.

У четвертому розділі **“Ставлення школярів та батьків до фізичної культури і спорту, вчителів фізкультури до співпраці сім’ї та школи”** на основі анкетування встановлено низку суб’єктивних факторів, що впливають на фізкультурну активність дітей. Основними факторами залучення учнів до занять фізичною культурою і спортом у вільний час, на думку дітей та їх батьків, є вплив друзів (38.8% дітей і 34.7% батьків), членів сім’ї (відповідно 36.5% і 54.9%) та вчителів фізичної культури (відповідно 31.7% і 23.3%).

Вивчено наявність умов для занять фізичними вправами учнів вдома. Більшість дітей (71.7%) мають лише місце для занять; 19.8% - взагалі не мають умов для занять і 8.5% - мають спеціально обладнані спортивні куточки.

У школярів провідними мотивами до занять фізичною культурою і спортом є бажання: мати міцне здоров'я (62.8%), красиву фігуру (49.6%); покращити настрій (48.5%); бути фізично сильним (45.9%), спроможним постояти за себе (43.4%). Однак, серед занять, яким діти та батьки надають перевагу на дозвіллі, перше місце посідає перегляд телепрограм.

Основними причинами, що перешкоджають учням займатися фізичною культурою і спортом названі: відсутність вільного часу (26.5%); відсутність умов для занять за місцем проживання (20.2%); заняття більш цікавими справами (18.9%). Батьки не сприяють залученню дітей до занять фізичними вправами найчастіше через брак вільного часу (31.2%) та втому після роботи (18.5%).

Заходи, які застосовуються батьками у фізичному вихованні дітей, носять, як правило, фрагментарний характер і їх недостатньо для стимуляції рухової активності школярів. Переважній більшості батьків - респондентів потрібна консультативна допомога педагогічного колективу школи з питань фізичного виховання дітей.

У п'ятому розділі **“Вплив педагогічного експерименту на динаміку показників фізичного стану”** подано характеристику експериментальної програми співпраці сім'ї та школи. Основні її розділи: урочні форми занять; позаурочні заходи за участю школярів та батьків; агітаційно-просвітницькі заходи для батьків; матеріально-технічне забезпечення та дотримання правил безпеки; контроль за реалізацією програми. Кожен з розділів програми конкретизовано щодо участі в його реалізації батьків, учнів, вчителів, а також термінів проведення.

У результаті застосування засобів фізичного виховання в режимі дня школи, позаурочних формах занять з використанням ігрового та змагального методів, встановлено статистично вірогідний приріст ($p < 0.05$) рухової активності школярів експериментальних груп. Темпи його у хлопчиків на 1.8% вищі, ніж у дівчаток. Збільшення рухової активності спричинило зміни у показниках фізичної підготовленості учнів. Так, за час педагогічного експерименту відбулися вірогідні зміни ($p < 0.05$) у хлопчиків в результатах чотирьох видів випробувань: біг 60м та 1500м, стрибок у довжину з місця, підтягування на перекладині; у дівчаток - у п'яти видах: біг 60 м і 1500 м, згинання і розгинання рук в упорі лежачи, човниковий біг 4 x 9 м, нахили тулуба вперед з положення сидячи. У контрольних групах зафіксовано статистично достовірні зміни ($p < 0.05$) лише у хлопчиків за результатами бігу на 60 м.

Оцінка фізичної підготовленості показала зменшення на 8.9% кількості хлопчиків та на 8.3% дівчаток з низьким та відповідно на 15.4% і 11.4% - з нижче середнього рівнями фізичної підготовленості. Разом з тим, збільшилась на 9.8% і 10.6% кількість дітей з вище середнього та на 8.3% і 6.2% з високим рівнями фізичної підготовленості.

Отже, вищенаведені результати свідчать про підвищення рівня фізичної підготовленості хлопчиків і дівчаток внаслідок застосування розробленої програми співпраці сім'ї та школи.

За період експерименту відбулися статистично вірогідні зміни ($p < 0.05$) у показниках фізичної працездатності дітей (рис. 3). Зрушення більш чітко виражені у хлопчиків: результати загальної фізичної працездатності у них збільшились на 72.5 кгм/хв., у дівчаток - на 38.1 кгм/хв.

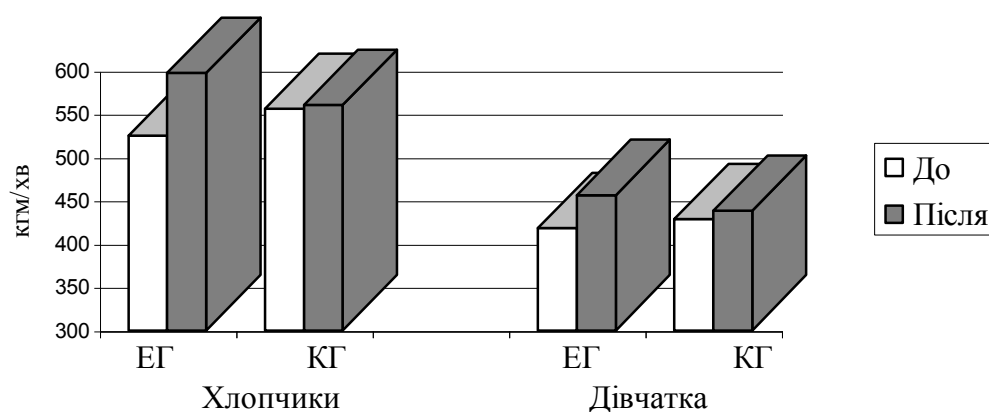


Рис. 3. Динаміка показників фізичної працездатності школярів 12 років м. Львова за період експерименту

У показниках відносної фізичної працездатності спостерігалось незначне ($p > 0.05$) підвищення результатів. У школярів контрольних груп результати не змінилися.

Оцінка розумової працездатності виявила зміни кількісних і якісних показників переробки зорової інформації: збільшилась кількість переглянутих та правильно закреслених знаків, скоротився час аналізу одиночного знаку. Показник швидкості переробки зорової інформації збільшився в експериментальній групі на 12.5% - у хлопчиків і на 12.8% - у дівчаток. У контрольних групах зростання склало 2.8% та 6.2% відповідно (рис.4).

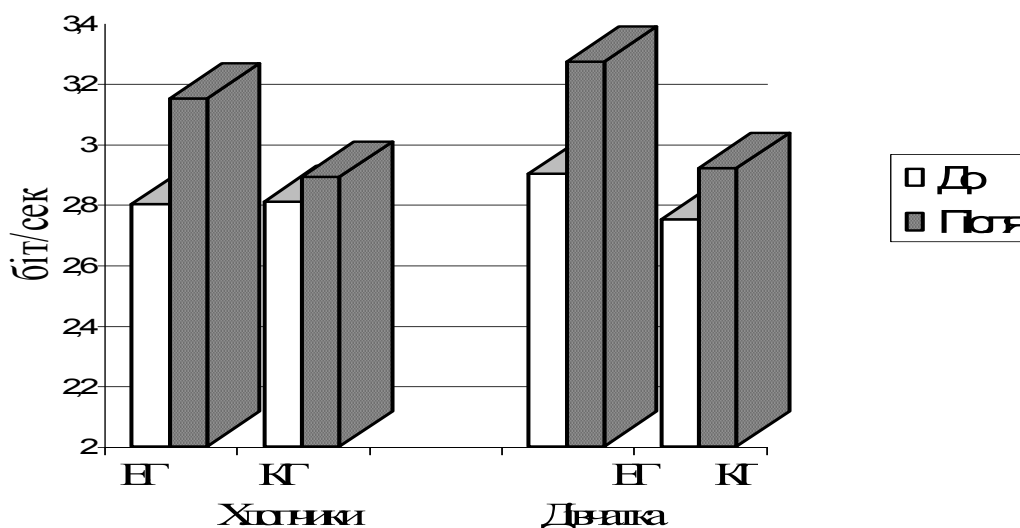


Рис. 4. Динаміка показників швидкості переробки зорової інформації школярів 12 років м. Львова за період експерименту

Дані “теппінг-тесту” (сума крапок за 20 с) показали статистично вірогідне ($p < 0.05$) збільшення кількості нанесених крапок і скорочення часу простої рухової реакції у хлопчиків - на 9.7%. Це вказує на покращення у них швидкості та координації рухів. У дівчаток зростання результатів було недостовірне і складало лише 1.5%. Показники короткотривалої пам'яті в експериментальних групах відсутніх змін впродовж

навчального року не зазнали ($p > 0.05$): у хлопчиків вони підвищились на 2.1%, у дівчаток знизились на 5.6%.

Виявлено, що у дівчатокекспериментальної групи на початку та в кінці навчального року кількість переглянутих, правильно та неправильно закреслених знаків, коефіцієнт продуктивності та час аналізу одного знаку були кращими ($p < 0.05$), ніж у хлопчиків. Крім того, у них, за даними теплінг-тесту, був коротшим час простої рухової реакції.

Аналіз середнього балу успішності навчання школярів свідчить про його підвищення з першої по четверту чверті: у хлопчиків на 10.8%, у дівчаток - на 5.7%. У контрольних групах результати успішності не зросли: у хлопчиків вони залишились без змін, а у дівчаток дещо знизились. На відміну від контрольних груп, в експериментальних спостерігалось поступове зростання успішності з першої по четверту чверті. Найбільш помітний приріст результатів експериментальних груп відбувся у другому півріччі, що підтверджує ефективність впровадженої експериментальної програми.

Вивчення стану склепіння стопи показало, що застосування спеціальних комплексів вправ сприяє корекції стопи, особливо на початковій стадії плоскостопості.

Намітилась тенденція до покращення стану здоров'я учнів експериментальних груп: зменшилась кількість пропусків через хворобу навчальних днів за рік у хлопчиків - на 9.2%, у дівчаток - на 10.2%.

Зафіксовано адаптаційні зміни показників гемодинаміки. Так, частота серцевих скорочень, хвилинний об'єм крові, периферійний судинний опір, ударний і серцевий індекси під впливом педагогічного експерименту достовірно ($p < 0.05$) знизились.

За допомогою електрокардіограми встановлено також позитивні адаптаційні зміни у функціональному стані міокарду: найбільші зрушення виявлено у показниках серцевого циклу, суми зубців R у трьох стандартних відведеннях та амплітуди зубця T_ш. У дівчаток зміни менш виразні, ніж у хлопчиків.

Аналіз параметрів варіаційної пульсограми показав позитивні зміни вегетативної кардіорегуляції: периферійний контур вегетативної кардіорегуляції характеризується посиленням впливів парасимпатичної нервової системи (середнє, максимальне і мінімальне значення кардіоциклу), а центральний контур (за Р.М.Баєвським, 1975) - посиленням симпатикотонічних впливів (амплітуда моди, індекс напруження). Ці зміни кардіорегуляції відображають початкові процеси адаптації, як за даними парасимпатичних, так і симпатикотонічних впливів.

За даними сейсмокардіограми покращилась скорочувальна функція серця: збільшилась ($p < 0.05$) амплітуда першого і другого сейсмокардіографічних комплексів.

Таким чином, аналіз комплексу показників підтвердив позитивний вплив експериментальної програми на фізичний стан школярів.

У шостому розділі **“Аналіз та узагальнення результатів дослідження”** зроблено підсумок проведених досліджень. У роботі вперше експериментально досліджено вплив співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні дітей на показники фізичної та розумової працездатності, фізичної підготовленості, функціонального стану серцево-судинної системи.

Вперше одночасно вивчалось та співставлялось, з метою координації зусиль, ставлення вчителів фізичної культури і батьків до співпраці сім'ї та школи; батьків та учнів різного рівня фізичної підготовленості до занять фізичною культурою і спортом;

Доповнено відомості про фізичний розвиток і фізичну підготовленість школярів 11-13 років м. Львова;

Отримали подальший розвиток дослідження про позитивний вплив рухової активності на фізичний стан школярів 12 років за показниками фізичної підготовленості, фізичної та розумової працездатності, функціонального стану серцево-судинної системи.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що питання співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні школярів висвітлено не в повній мірі. Багаточисельними дослідженнями встановлено низький рівень рухової активності дітей середнього шкільного віку, незадовільний стан їх здоров'я, недостатній інтерес до фізкультурних занять та несформованість потреби у систематичному їх проведенні в колі сім'ї. Серед найпоширеніших форм співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні описуються такі: виступи вчителя фізичної культури на загально-шкільних батьківських зборах, лекції, бесіди, проведення відкритих уроків фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заходи із залученням батьків, спортивні вечори. Однак, у сучасних умовах вони практично не використовуються.

2. Дослідження показників фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів 11- 13 років м. Львова свідчать про:

- підтвердження загальних закономірностей фізичного розвитку школярів 11-13 років за даними довжини їх тіла, маси та окружності грудної клітки; значний розкид обстежених показників ($V = 6.2\% - 51.8\%$).

- поступовість зростання показників фізичної підготовленості у хлопчиків за результатами загальної витривалості, сили, швидкості, швидко-силових якостей та спритності з 11 до 13 років та відсутність приросту за результатами гнучкості. У дівчаток зростання показників зафіксоване лише за результатами загальної витривалості та сили.

3. Оцінка показників фізичного розвитку і рухової підготовленості школярів 11-13 років м. Львова згідно розроблених уніфікованих таблиць показала:

- низький рівень фізичного розвитку встановлено у 8.3% хлопчиків і 7.2% дівчаток; нижче середнього - у 15.0% і 13.9% відповідно; середній - у 36.8% і 34.7%; вище середнього - у 29.7% і 32.1% і високий рівень фізичного розвитку - у 12.2% і 12.1% учнів;

- низький рівень фізичної підготовленості зафіксовано у 23.0% хлопчиків і 28.3% дівчаток; нижче середнього - відповідно у 26.1% і 25.2%; середній - у 29.2% і 24.9%; вище середнього - у 17.5% і 16.2% та лише у 3.8% хлопчиків і 5.4% дівчаток - високий рівні фізичної підготовленості.

4. Соціологічне дослідження дозволило з'ясувати ставлення учнів та їх батьків до фізичної культури і спорту, відношення вчителів фізичної культури до співпраці сім'ї та школи. Встановлено, що:

- основними факторами залучення дітей до фізкультурних занять є вплив членів сім'ї (54.9% батьків і 36.5% школярів) та друзів (34.7% батьків і 38.8% дітей);

- провідними мотивами школярів до занять фізичною культурою і спортом визнано бажання: мати міцне здоров'я, красиву фігуру; покращити настрій і самопочуття;

- позитивне ставлення батьків до фізкультурних занять носить переважно декларативний характер, більшість із них (69.1%) взагалі не займаються фізичними вправами у щоденному житті;

- значний відсоток школярів систематично не займається фізичними вправами через відсутність інтересу до занять (35.4%) та відсутність умов для занять за місцем проживання (20.2%);

- перешкоджають батькам залучати дітей до рухової активності такі фактори: несформованість потреби у ній (49.7%) та нестача спеціальних знань (10.6%);

- за доцільність співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні дітей висловилося 87.8% вчителів та 52.3% батьків, проти - відповідно 6.1% та 39.3%.

5. Доведено педагогічну ефективність впровадження програми співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку, що позитивно позначилось на підвищенні рухової активності школярів (у хлопчиків - на 14.6%, у дівчаток - на 12.8%).

6. Зростання рухової активності школярів сприяло покращенню:

а) фізичної підготовленості (кількість учнів з високим рівнем збільшилась на 6.2% -8.3% ; з вище середнього - на 9.8%-10.6%; відповідно з низьким та нижче середнього рівнями зменшилась на 8.3% - 8.9% та 11.4% - 15.4%);

б) фізичної працездатності (загальна фізична працездатність у хлопчиків зросла на 13.8%, у дівчаток - на 9.1%; відносна фізична працездатність - на 13.4% та 4.2% відповідно);

в) розумової працездатності (покращились показники швидкості переробки зорової інформації, коефіцієнт продуктивності та час простої рухової реакції);

г) функціональних можливостей серцево-судинної системи (зросли адаптаційні ваготонічні впливи на функції автоматизму та провідності серця; покращились енергетичні та відновлювальні процеси; підвищилась скорочувальна активність міокарду, що можна вважати початковим проявом ефективної адаптації міокарду до збільшеної рухової активності).

д) середнього балу успішності навчання школярів з першої по четверту чверті: (у хлопчиків показник збільшився на 10.8%, у дівчаток - на 5.7%).

7. У результаті педагогічного експерименту досягнуто оздоровчий ефект від впровадження розробленої програми (на 9.8% зменшилась кількість пропущених через хворобу навчальних днів у школярів експериментальних груп впродовж навчального року. Загальна кількість пропусків за рік в експериментальних групах на 19.4% менша, ніж у контрольних).

8. Проведений педагогічний експеримент підтвердив позитивний вплив програми співпраці сім'ї та школи на ефективність фізичного виховання учнів середнього шкільного віку, що дозволяє рекомендувати її для широкого впровадження в практику загальноосвітніх шкіл і сімейного виховання.

Список праць, опублікованих за темою дисертації:

1. Данилевич М.В. Зміни у показниках фізичного стану підлітків під впливом заходів співпраці сім'ї та школи // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наукових праць під ред. Єрмакова С.С. - Харків: ХХІІ, 1999. - N5. - С.19-22.
2. Данилевич М.В. Вплив співпраці сім'ї та школи на ефективність фізичного виховання учнів середнього шкільного віку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей аспірантів галузі фізична культура та спорт. - Львів: ЛДІФК, 1999. - Вип. 3. - С.161-165.
3. Данилевич М.В. Фізичне виховання - турбота спільна // Матеріали ІІІ Міжнар. науково-практич. конф. "Фізична культура, спорт та здоров'я нації". - Ч.І. - Київ-Вінниця, 1998. - С.30-32.
4. Данилевич М.В. Програма співпраці сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наукових праць під ред. Єрмакова С.С. - Харків: ХХІІ, 1998. - N5. - С.8-9.
5. Данилевич М. Фактори впливу на фізичну активність школярів // Науковий вісник Волинського державного університету. Здоров'я, фізична культура і спорт. - N6. - 1997. - С.94-97.

6. Данилевич М.В. Актуальність взаємодії сім'ї та школи на шляху вирішення проблеми підвищення рухової активності дітей // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія 3: Педагогіка і психологія. - N2. - 1998. - С. 124-126.
7. Данилевич М.В. Рухова активність і здоров'я школярів // Матеріали регіональної науково-практич. конф. "Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення". - Львів, 1998. - С.34-36.
8. Данилевич М.В. Співпраця сім'ї та школи - важливий фактор фізичного виховання підростаючого покоління // Матеріали регіональної науково-практич. конф. "Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення". - Львів, 1998. - С.29-31.
9. Данилевич М.В. Здоровье детей - забота семьи и школы // Материалы II региональной науч.-практич. конф. "Совершенствование форм и методов физического воспитания учащихся общеобразовательных школ". - Витебск, 1997. - С.164-166.
10. Данилевич М.В. Сотрудничество семьи и школы в процессе физического воспитания учащихся // Материалы Междунар. научно-практич. конф. "Проблемы физического воспитания и спорта в современных условиях". - Калининград, 1997. - С.10-11.
11. Данилевич М.В. Взаємодія сім'ї та школи в процесі фізичного виховання учнів // Матеріали V всеукраїнської науково-практич. конф. "Актуальні проблеми оздоровчої фізкультури, спорту для інвалідів та валеології в навчальних закладах України". - Кіровоград, 1997. - С.111-112.
12. Данилевич М.В., Гедз М.М. Вплив різноманітних факторів на рівень фізичної культури учнів середнього шкільного віку: Зб. наукових робіт "Фізична культура, спорт та здоров'я". - Харків: ХАДІФК, 1997. - С.87-88.
13. Данилевич М.В. Ставлення батьків та дітей до фізкультурних занять (за матеріалами опитування) // Тези Всеукраїнської науково-практич. конф. "Фізкультурна освіта: шляхи і напрямки її розвитку в сучасних умовах". - Кіровоград, 1996. - С.73-75.
14. Соломонко О.В., Данилевич М.В. Оцінка та динаміка показників фізичної підготовленості учнів загальноосвітніх шкіл м. Львова // Матеріали Міжнар. науково-практич. конф. "Фізична культура, спорт та здоров'я нації". - Ч.І. - Вінниця: Міністерство освіти України, 1994. - С.185-186.
15. Соломонко О.В., Данилевич М.В. Показники фізичного розвитку підлітків 10-15 років м. Львова // Тези Всеукраїнської науково-практич. конф. "Фізична культура як фактор зміцнення здоров'я дітей і молоді в сучасних умовах". - Одеса, 1994. - С.97-98.
16. Данилевич М.В. Показники фізичної підготовленості хлопчиків середнього шкільного віку м. Львова // Тези Всеукраїнської науково-практич. конф. "Фізична культура як фактор зміцнення здоров'я дітей і молоді в сучасних умовах". - Одеса, 1994. - С.31-32.
17. Соломонко О.В., Данилевич М.В. Проблеми програмного забезпечення фізичного виховання в загальноосвітніх школах України // Тези I республіканської науково-практичної конф. "Підготовка спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні". - Луцьк: Надстир'я, 1994.- С.106-107.

АНОТАЦІЇ

Данилевич М.В. Співпраця сім'ї та школи у фізичному вихованні учнів середнього шкільного віку. - Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 - фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. - Волинський державний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 1999.

Експериментально вивчено вплив авторської програми співпраці сім'ї та школи на ефективність фізичного виховання учнів середнього шкільного віку. Збільшилась рухова активність школярів, що спричинило підвищення рівня розвитку рухових якостей, абсолютної та відносної працездатності дітей. Зафіксовано позитивні зміни у показниках функціонального стану серцево-судинної системи та розумової працездатності. Виявлено покращення стану здоров'я учнів. Основні результати дослідження впровадженні в практику роботи загальноосвітніх шкіл м. Львова.

Ключові слова: рухова активність, фізичне виховання, фізична підготовленість, фізична і розумова працездатність, співпраця сім'ї та школи.

Danylevych M.V. Family and School Collaboration in the Physical Education of Junior Secondary School Pupils. - Manuscript.

Scientific Degree Candidate of Physical Education and Sport Science Thesis; specialty 24.00.02. - physical culture, physical education of different groups of population, Volun State University named after Lesya Ukrainka, Lutsk, 1999.

The research work deals with the questions of physical education of pupils aged 11-13. It is examined the unsatisfactory state of physical development and physical fitness of Lviv secondary schools pupils aged 11-13. Elaborated and approved programme of family and school collaboration is directed to rise the motor activity of pupils aged 12. It has been fixed its positive influence upon the results of physical development and physical fitness, physical and mental capacity for work and functional state of cardio - vascular system.

Applying the programme of family and school collaboration let to increase the efficiency of junior secondary school pupils physical education. The main results of this research are applied into Lviv secondary schools working practice.

Aim of investigation - to work out the programme of family and school collaboration in physical education of junior secondary school pupils and to prove it experimentally.

Scientific novelty of obtained results lays in the following:

- conceptual approach to problem of family and school collaboration in physical education of junior secondary school pupils has been elaborated;
- the programme of family and school collaboration in physical education of junior secondary school pupils has been worked out;
- parents and physical training teachers attitude to family and school collaboration is investigated in complex first; it is ascertained the attitude of parents and different level pupils of physical fitness to going in for physical culture and sport;
- the data about physical development and physical fitness of Lviv pupils aged 11-13 are supplemented;
- investigation concerns positive influence of motor activity upon physical state of pupils aged 12 has been obtained the furthers development.

Practical importance of obtained results lays in the following:

- authors programme of family and school collaboration which caused the increasing of pupils motor activity has been applied into practice;
- theory and method course of students physical education in Lviv State Physical Culture and Sport Institute has been supplemented with a chapter "Theoretical and Methodical Basics of family and school collaboration in pupils physical education";

- unified tables which evaluate the results of physical development and physical fitness of pupils aged 11-13 have been applied into practice of pedagogical control for pupils physical state.

The Introduction gives the description of the actuality of the problem.

The first chapter titled **“Family and School Collaboration Problems in Physical Education of Pupils”** gives the analysis and research generalization concerning problem of investigation.

The second chapter titled **“Methods and Organization of Investigation”** puts up methods which were used for solution of raised problems: analysis and generalization of literary sources concerning physical education of pupils; medical and biological, sociological and pedagogical methods mathematical statistics.

Investigation was being conducted during 1994-1998.

The third chapter titled **“Description of the Results of Pupils Physical Development and Physical Fitness”** gives the results of examined pupils aged 11-13 in Lviv secondary schools.

The fourth chapter titled **“Schoolchildren and Parents Attitude to Physical Culture and Sport; Physical Training Teachers Attitude to Family and School Collaboration”** determine a line of subjective factors that have certain influence upon children activity.

The fifth chapter titled **“Pedagogical Experiment Influence upon the Moving Results Physical State”** gives the characteristics of elaborated programme of family and school collaboration and shows the results of its applying into practice.

The motor activity of pupils aged 12 has increased under the influence of pedagogical experiment. It is fixed its positive influence upon the level of development of motor characteristics results of physical and mental capacity for work functional state of cardio-vascular system. School results and pupils health have improved.

The results of the research work are summed up in the sixth chapter titled **“Analysis and Generalization of Investigation Results”**.

Key words: motor activity, physical education, physical fitness, physical and mental capacity for work, family and school collaboration.

Данилевич М.В. Сотрудничество семьи и школ? в физическом воспитании учеников среднего школьного возраста. - Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 - физическая культура, физическое воспитание разн?х групп населения. - Вол?нский государственный университет имени Леси Украинки, Луцк, 1999.

Экспериментально изучено влияние авторской программы сотрудничества семьи и школы на эффективность физического воспитания учащихся среднего школьного возраста. Увеличилась двигательная активность школьников, что привело к повышению уровня развития двигательных качеств, показателей абсолютной и относительной физической работоспособности детей. Зафиксировано положительные сдвиги показателей функционального состояния сердечно-сосудистой системы, умственной работоспособности. Выявлено улучшение состояния здоровья учащихся. Основные результаты исследования внедрены в практику работы общеобразовательных школ г. Львова.

Ключевые слова: двигательная активность, физическое воспитание, физическая подготовленность, физическая и умственная работоспособность, сотрудничество семьи и школы.