

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА УРОКАХ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ З УЧНЯМИ 5-Х КЛАСІВ

Місюра А.О.

Державний заклад освіти «Гімназія № 56 м. Гомель»

Гусинец Є.В.

Гомельський державний університет імені Ф. Скорини

Анотація. *Виявлено особливості впливу малих форм фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня школярів на показники розумової працездатності учнів. Представлені кількісні та якісні показники розумової працездатності школярів на уроках англійської мови протягом навчального року, а також вплив фізкультхвилинок на показники розумової працездатності учнів 5-х класів.*

Ключові слова: здоров'я зберігаючі технології, фізкультхвилинки, фізкультпаузи, розумова працездатність, фізична культура, здоровий спосіб життя.

Abstract. *Current influence of small forms of recreational actions on indicators of intellectual efficiency of pupils in the mode of school day are revealed. Quantitative and quality indicators of intellectual efficiency of school students at the English lessons within academic year, and the influence of sports minutes on indicators of intellectual efficiency of pupils of the 5th classes are presented.*

Key word: *health preserving technologies, sports minutes, physical cultural pauses, intellectual working capacity, physical culture, healthy lifestyle.*

Важливим показником благополуччя суспільства і держави в цілому є стан здоров'я школярів, яке показує не тільки реальну ситуацію, а й дає можливість прогнозувати майбутнє.

Сучасні діти відчувають велике навантаження, навчаючись в школі. Вони мало рухаються і їм складно всидіти на одному місці. Крім того, зоровий апарат теж відчуває велике напруження під час занять. Все це безсумнівно позначається на стані здоров'я дітей [1].

Щоб школа могла сприяти поліпшенню стану здоров'я учнів, необхідно включення невеликої рухового навантаження і рухових пауз під час занять [2].

Впровадження в навчальний процес здоров'я зберігаючих технологій дозволяє досягти позитивних змін в стані здоров'я учнів. Англійська мова є серйозним і одним з складних предметів в школі. На уроках учням доводиться багато запам'ятовувати, говорити, працювати над граматичним матеріалом, аналізувати інформацію, тому вчитель повинен приділяти особливу увагу здоров'язберігаючих технологій [3].

Актуальність дослідження. Недостатня рухова активність школярів є найбільш серйозною проблемою, що впливає на їх рівень здоров'я. Авторами відзначається зниження розумової працездатності учнів як протягом дня, так і навчального року в цілому. Аналіз методичної літератури, електронних

наукових статей і журналів, а також авторефератів дисертацій за останні 7 років показав, що сучасні наукові дослідження не відображають характеру впливу малих форм фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня учнів.

Наукова новизна дослідження. У роботі визначено кількісні та якісні показники розумової працездатності школярів на уроках англійської мови протягом навчального року, а також вплив фізкультхвилинок на показники розумової працездатності учнів 5-х класів. Експериментально доведено ефективність використання фізичних вправ на уроках англійської мови.

Мета дослідження – вивчення впливу засобів фізичної культури використовуваних на уроках англійської мови з учнями 5-х класів на рівень їх розумової працездатності.

Завдання дослідження:

1. Вивчити малі форми фізкультурно-оздоровчої роботи в режимі навчального дня школярів.
2. Вивчити розумову працездатність школярів як показник можливості оволодіння учнями навчальними предметами.
3. Експериментально обґрунтувати ефективність розроблених методичних підходів використання фізичних вправ на уроках англійської мови з учнями 5-х класів.

У ході наукового дослідження був проведений педагогічний експеримент з метою визначення впливу фізкультхвилинок та фізкультпауз на рівень розумової працездатності школярів 5-х класів ГУО «Гімназія № 56 м. Гомель».

Дослідження проводились з січня по травень 2016 року. У них брали участь 22 учнів 5-х класів гімназії № 56 м. Гомеля. Отримані дані оброблялися з використанням автоматизованої методики оцінки розумової працездатності школярів «MWC», розробленої Е.В. Осипенко [4].

Експериментальна методика включала в себе проведення фізкультхвилинок з учнями 5-го «А» і 5-го «Б» класів в період з січня по травень 2016 року і з вересня по листопад 2016 року. Всього було проведено 399 вимірів показників розумової працездатності. З дітьми 5-го «В» класу фізкультхвилинки не проводилися, проте діти брали участь в загальному дослідженні розумової працездатності.

Регулярно, протягом усього навчального року, досліджувалися показники розумової працездатності учнів за допомогою коректурних таблиць В.Я. Анфимова. Дослідження розумової працездатності проводилися на початку і в кінці уроку, а також після фізкультхвилинки в середині уроку.

Результати проведених досліджень представлені в таблицях 1 та 2.

Статистична таблиця результатів тестування коректурного розумової працездатності учнів 5-х класів на початок і кінець уроку.

Показники обсягу і якості розумової працездатності	Хлопчики		Дівчатка		t - критерій Стьюдента p – рівень значущості	
	Початок уроку	Кінець уроку	Початок уроку	Кінець уроку	Хлопчики	Дівчатка
Кількість робіт (n)	25	25	19	19		
Сума переглянутих літер	6653	7022	5219	5733		
Середня кількість переглянутих літер (M ± m)	266,12 ± 14,36	280,88 ± 16,81	274,68 ± 14,9	301,74 ± 18,5	t=0,68 p>0,05	t=1,17 p>0,05
Середньоквадратичне відхилення	70,37	82,36	63,57	78,76		
Кількість робіт без помилок	12	11	9	7		
Сума абсолютних помилок	21	30	15	31		
Середня кількість абсолютних помилок (M ± m)	0,84 ± 0,19	1,20 ± 0,29	0,79 ± 0,22	1,63 ± 0,39	t=1,06 p>0,05	t=1,92 p>0,05
Середньоквадратичне відхилення	0,94	1,41	0,92	1,67		
Середня кількість помилок на 500 букв	1,58	2,14	1,44	2,70		
Продуктивність коректурної роботи (Q)	3,17	2,34	3,48	1,85		

Слід зазначити, що обсяг розумової працездатності як у хлопчиків, так і у дівчаток 5-х класів ДУО «Гімназія № 56 м. Гомель» протягом 2015-2016 навчального року на початку і в кінці уроку англійської мови мали незначну відмінність в бік збільшення таких показників, як «Сума переглянутих букв» і «Середня кількість переглянутих букв». Однак, як видно з таблиці 1 дане збільшення, що характеризується процесом вработивання і не має достовірної значущості по t-критерієм Стьюдента ($P > 0,05$). Цей результат дослідження вказує на адекватність навчального навантаження школярів 5-х класів ДУО «Гімназія 56 м. Гомель».

Необхідно відзначити, що якість розумової працездатності після уроків помітно знизилася – близько 50 % по всіх досліджуваних показників (див. показники «Сума абсолютних помилок», «Середня кількість абсолютних

помилко», Середнє у помилок на 500 букв і «Продуктивність коректурної роботи (Q)»), що вказує на зниження продуктивності коректурної роботи після уроків.

Таблиця 2

Статистична таблиця результатів тестування коректурної розумової працездатності учнів 5-х класів після проведеної фізкультхвилинки.

Показники обсягу і якості розумової працездатності	Хлопчики		Дівчатка		t - критерій Стьюдента; p – рівень значущості	
	Кінець уроку	Після ФКМ	Кінець уроку	Після ФКМ	Хлопчики	Дівчатка
Кількість робіт (n)	22	22	18	18		
Сума переглянутих літер	6006	7740	5178	6653		
Середня кількість переглянутих літер (M ± m)	273,00 ± 20,03	351,82 ± 29,77	287,67 ± 19,04	369,61 ± 18,02	t=2,25 p<0,05	t=3,22 p<0,05
Середньоквадратичне відхилення	91,78	136,43	78,49	74,32		
Кількість робіт без помилок	9	17	10	16		
Сума абсолютних помилок	23	11	12	2		
Середня кількість абсолютних помилок (M ± m)	1,05 ± 0,25	0,50 ± 0,24	0,67 ± 0,22	0,11 ± 0,08	t=1,62 p>0,05	t=2,45 p<0,05
Середньоквадратичне відхилення	1,13	1,10	0,91	0,32		
Середня кількість помилок на 500 букв	1,91	0,71	1,16	0,15		
Продуктивність коректурної роботи (Q)	2,61	7,04	4,32	13,27		

Зовсім протилежна картина спостерігається в таблиці 2, де представлені результати коректурного тестування розумової працездатності учнів 5-х класів безпосередньо після проведення фізкультхвилинки на уроках англійської мови.

По всіх досліджуваних показників, що характеризують як обсяг, так і якість розумової працездатності відзначається значне і достовірно значимий приріст (за t-критерієм Стьюдента (P <0,05)).

Особливо тут нас вражає значний приріст показників, що характеризують якість розумової працездатності. Так, в показнику «Сума абсолютних помилок»

приріст склав 52 % у хлопчиків і 83 % у дівчаток. Показник «Продуктивність коректурної роботи (Q)» показав себе з боку приросту в 62,9 % у хлопчиків і понад 100 % у дівчаток.

В результаті проведеного дослідження була експериментально обгрунтовано ефективність розроблених методичних підходів використання фізичних вправ на уроках англійської мови зі школярами 5-х класів. Досліджено показники обсягу і якості розумової працездатності школярів 5-х класів ДУО «Гімназія № 56 м. Гомель». Було встановлено статистичну достовірність позитивних зрушень за всіма досліджуваними показниками розумової працездатності школярів.

Таким чином, пропоновані нами методичних підходи використання фізичних вправ на уроках англійської мови благотворно впливають на розумову працездатність учнів, активізують їх навчальну діяльність, підвищують інтерес до уроків англійської мови, дозволяють в цікавій та доступній формі засвоювати нову лексику, що дозволяє розширити теоретичні знання школярів про засобах і методах фізичної культури, сформувані нові рухові дії, підвищити інтерес учнів до уроків фізичної культури.

Список літератури

1. Кондрашкіна, С.В. Застосування здоров'язберігаючих технологій на уроках англійської мови [Текст] / С.В. Кондрашкіна // Здоров'я – основа людського потенціалу: проблеми та шляхи їх вирішення. – 2014. – Т. 9. – № 1. – С. 268-269.

2. Мальцева, А.В. Физкультминутка компонент здоров'єсбереження на уроке англійського языка [Текст] / А.В. Мальцева, Е.А. Соболева // Наука сьогодні: проблеми і шляхи вирішення: матеріали міжнародної науково-практичної конференції: в 2 частинах, 2016. – С. 46-47.

3. Осипенко, Е. В. Розумова працездатність школярів, які проживають в умовах Гомельського регіону [Текст] / Є.В. Осипенко; М-во освіти РБ, Гомельський держ. ун-т ім. Ф. Скорини. – Гомель: ДКУ ім. Ф. Скорини, 2012. – 388 с.