

УДК 373.091.214:796(438/477)

UDC 373.091.214:796(438/477)

DOI: [10.31475/ped.dys.2019.27.01](https://doi.org/10.31475/ped.dys.2019.27.01)

ОЛЕКСАНДР МОЗОЛЕВ,

доктор педагогічних наук, професор

*(Україна, Хмельницький, Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія,
вул. Проскурівського підпілля, 139)*

OLEKSANDR MOZOLEV,

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

*(Ukraine, Khmelnytskyi, Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy,
Proskurivskoho Pidpillia str., 139)*

ORCID: [0000-0002-3677-4433](https://orcid.org/0000-0002-3677-4433)

Марина Хмара,

викладач,

*(Україна, Хмельницький, Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія,
вул. Проскурівського підпілля, 139)*

Maryna Khmara,

Lecturer

*(Ukraine, Khmelnytskyi, Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy,
Proskurivskoho Pidpillia str., 139)*

ORCID: [0000-0002-5290-6889](https://orcid.org/0000-0002-5290-6889)

Компаративний аналіз ефективності польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів основної школи

Comparative Analysis of the Effectiveness of the Polish and Ukrainian Basic Training Programs for Physical Education of Primary School Students

У статті теоретично проаналізовано зміст польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів 9 класів. Встановлено основні відмінності польської базової програми навчання від української, а саме: інші напрями освітньої діяльності; наявність вимоги щодо обов'язкових занять фізичною культурою в позанавчальний час; формування груп для занять фізичною культурою за інтересами; формування загальної культури поведінки учнів відповідно до правил «Fair play»; розробка регіональних авторських програм з фізичної культури.

Представлені результати практичної перевірки впливу базових програм навчання на розвиток рухових здібностей школярів. Здійснено порівняльний аналіз впливу української та польської базових програм навчання на рівень розвитку основних фізичних якостей учнів та самооцінку стану їхнього здоров'я. Встановлено загальні тенденції та особливості фізичного розвитку молоді та вплив базових програм навчання з фізичної культури на розвиток рухових здібностей школярів.

Ключові слова: базова програма, фізична культура, учні, основна школа.

The article theoretically analyzes the content of the Polish and Ukrainian basic programs of physical culture training of pupils of the ninth year of study, common approaches and features of conducting the classes. The main differences of the Polish programme have been defined, namely: other areas of education and training activities; requirements concerning mandatory physical training of the students during extracurricular time for at least 2 hours per week; group formation to physical culture lessons according to the interests; formation of the general culture of student behavior in accordance with the rules «Fair play» (respect for surrounding people, opponents and fans); development of regional authorial programs on physical culture.

The results of practical testing of the impact of basic training programs on the development of moving abilities of students have been presented. It is established that indicators of development of moving abilities have a steady tendency to improve within the period of carrying out research that testifies the efficiency of the Polish and Ukrainian basic programs of physical culture training. Significant changes are observed in the development of stamina, strength stamina, balance control, legerity, development of the ability to coordinate the overall body movements of boys and girls; explosive power of girls.

A comparative analysis of the impact of Ukrainian and Polish basic training programs on the level of development of the basic physical qualities of students and self-assessment of their health have been

conducted. Dynamics of improvement of indicators of development of physical abilities of students in control and experimental groups has been investigated, their differences have been characterized. It is established that the self-assessment of the physical health of students has a general tendency to improve performance and significant changes that led to the transition to the higher level in the control and experimental groups.

Key words: *basic program, physical culture, students, basic school.*

Вступ / Introduction. На сучасному етапі розвитку українського суспільства тривають інтеграційні процеси, здійснюються освітні реформи у системі вітчизняної шкільної освіти. На фоні реформаторських змін, що відбуваються в освіті особливо гострою проблемою є погіршення стану здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості та зниження рухової активності учнівської молоді загальноосвітніх навчальних закладів. Саме тому пріоритетним об'єктом нашої уваги постає навчальний предмет «Фізична культура».

Особливої зацікавленості викликає фізичне виховання дітей середнього шкільного віку, оскільки цей віковий період характеризується становленням основних систем організму, є сенситивним для розвитку більшості фізичних здібностей, формування рухових умінь, навичок та стійкого інтересу до занять фізичною культурою (Сороколіт Н., 2015; Dobosz J., 2012).

Варто зазначити, що важливі зміни у шкільній освіті відбуваються не тільки в нашій державі, але й в інших європейських країнах. Однією з них є Республіка Польща. Між українською і польською освітніми системами є суттєві відмінності, зокрема у фізичному вихованні, проте є й багато спільних проблем, часто пов'язаних із євроінтеграційними процесами, що і зумовлює проведення компаративного аналізу навчальних програм України та Польщі (Вільчковський Е., 2010; Пасічник В., 2009; Mozolev O., 2017).

Аналізуючи особливості організації процесу фізичного виховання, а саме зміст навчальних програм для учнів основної школи в Україні та Польщі, дозволить нам визначити рівень їх ефективності та творчо скорегувати шляхи модернізації шкільної фізкультурної освіти (Мозолев О., 2018).

Мета та завдання / Aim and Tasks. *Мета* – здійснити компаративний аналіз ефективності польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів основної школи.

Завдання: проаналізувати зміст польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів 9 класів, встановити загальні підходи та розбіжності; провести перевірку рівня розвитку фізичних здібностей учнів з використовуючи систему тестів; здійснити опитування учнів щодо самооцінки рівня фізичного здоров'я на кожному етапі педагогічного експерименту; проаналізувати ефективність польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів основної школи на рівень фізичного здоров'я, функціональних можливостей, самопочуття та розвиток фізичних якостей.

Методи / Methods. Дослідницька робота була проведена на базі трьох загальноосвітніх шкіл міста Хмельницького у період з вересня 2018 по червень 2019 р. Контрольна група (62 учня) займалась згідно вимог української базової програми навчання з фізичної культури, експериментальна група (60 учнів) займалась згідно вимог польської базової програми навчання.

Дослідження включало такі етапи:

1. *Теоретичний аналіз української та польської базових програм навчання з фізичної культури учнів 9 класів (вересень 2018 р.).* Завдання цього етапу – встановлення спільних підходів та розбіжностей в системі фізичного виховання учнівської молоді, аналіз української та польської базових програм навчання з фізичної культури.

2. *Встановлення вихідних даних та розподіл учнів на групи (жовтень 2018 р.).* Завдання цього етапу – оцінка фізичного стану учнів 9 класів, визначення рівня розвитку рухових здібностей учнів з використанням системи тестів, проведення опитування учнів щодо самооцінки рівня фізичного здоров'я. Розподіл учнів на групи здійснено відповідно до вимог репрезентативності.

3. *Поточний педагогічний контроль (грудень 2018 р., березень 2019 р.)* Завдання цього етапу – встановлення динаміки розвитку фізичних здібностей учнів, визначення рівня самооцінки фізичного здоров'я школярів, здійснення корегування програм навчання.

4. *Підсумковий педагогічний контроль (травень 2019 р.)* Завдання цього етапу – оцінка фізичного стану учнів 9 класів, визначення рівня розвитку рухових здібностей учнів з використанням системи тестів, проведення опитування учнів щодо самооцінки рівня фізичного здоров'я.

5. *Теоретичний аналіз проведеного дослідження (червень 2019 р.).* Завдання цього етапу – здійснити порівняльний аналіз впливу української та польської базових програм навчання з фізичного виховання на рівень фізичного розвитку учнівської молоді, їх самооцінки стану фізичного здоров'я. Встановити загальні тенденції фізичного розвитку учнів 9 класів відповідно до

змісту базових програм з фізичної культури та визначити рівень розвитку рухових здібностей школярів.

Для отримання необхідної інформації ми використовували загальнонаукові методи теоретичного рівня дослідження, а саме: аналіз програм навчання, наукових та методичних джерел, педагогічне моделювання, педагогічний експеримент, педагогічне спостереження.

Аналіз програм навчання з фізичної культури для учнів 9 класів в українських та польських школах дав можливість з'ясувати відмінності, спільні підходи та особливості щодо організації та проведення занять з фізичної культури в основній школі; ознайомитись з освітніми вимогами щодо визначення рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів даного віку (Мандюк А., Ярошик М., & Літкевич О., 2014). Аналіз наукових та методичних джерел використовували для вивчення сучасних поглядів науковців щодо проблематики організації й проведення занять з фізичної культури учнівської молоді на засадах здоров'язбереження (Cendrowski Z., 2009; Zukowska Z., 2013). Педагогічне моделювання використовували під час розроблення змісту проведення занять з фізичної культури, що враховує попередньо отриману інформацію про функціональний і фізичний стан досліджуваних (Круцевич Т., 2012). Педагогічне спостереження використовувалось в процесі проведення занять, отриманні інформації про розвиток рухових здібностей та спостереженням за станом самопочуття учнів (Васьков Ю., 2013).

Для визначення рівня фізичної підготовленості учнів основної школи використовувався метод тестування, який було розпочато через місяць від початку навчального року, що пов'язано з процесом адаптації учнів до навчання в школі. Наступні етапи контролю були проведені наприкінці третього, шостого та восьмого місяців занять, включали систему тестів, яка дозволила визначити та оцінити рівень розвитку основних кондиційних та координаційних здібностей учнів 9 класів на кожному етапі дослідження (Губа В., Шестаков М., Бубнов Н., & Борисенков М., 2002; Денисова Л., Хмельницькая И., & Харченко Л., 2008). Система тестів включала визначення таких показників:

- 1) біг 100 м (швидкість);
- 2) тест Купера – 12-хвилинний біг на максимальну відстань (загальна витривалість);
- 3) підтягування на перекладині для хлопців;
- 4) згинання та розгинання рук від лави (30 см) в упорі лежачи для дівчат (сила);
- 5) стрибок у довжину з місця (вибухова сила);
- 6) утримання положення упору лежачи на передпліччі «планка» (силова витривалість);
- 7) викрут прямих рук назад з використанням мірної лінійки (гнучкість);
- 8) утримання рівноваги на одній нозі «ластівка» (координаційні здібності, статична рівновага);
- 9) тест Берпі (визначає розвиток здібності до загальної координованості рухів тіла, пов'язаних із диференціюванням швидко-силових параметрів);
- 10) човниковий біг 4x9 м (спритність).

Результати / Results. Проведений теоретичний аналіз української та польської базових програм навчання з фізичного виховання учнів 9 класів дозволив встановити спільні підходи до організації навчання школярів та визначити основні розбіжності щодо вимог базових програм (табл. 1).

Таблиця 1

Основні вимоги базових програм навчання з фізичної культури в українських і польських школах з учнями 9 класів

<i>Українські школи</i>	<i>Польські школи</i>
Мета і завдання	
<p>Розвиток і соціалізація особистості учнів, яка реалізується комплексом навчальних, оздоровчих і виховних завдань:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров'я, фізичного розвитку; – розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності; – розширення функціональних можливостей організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей; 	<p>Турбота про правильний фізичний розвиток учнів, покращення їхнього фізичного, психічного й суспільного здоров'я засобами фізичної культури, а також розуміння зв'язку фізичної активності зі станом здоров'я, зокрема:</p> <ul style="list-style-type: none"> – визначення оцінки ефективності занять з фізичною культурою та рівень особистого фізичного розвитку; – готовність взяти участь у рекреаційних та спортивних видах фізичної активності, а також в організації цих заходів; – розуміння зв'язку рухової активності й фізичного здоров'я; – розвиток особистих і соціальних навичок,

<p>– формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;</p> <p>– формування практичних навичок для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку;</p> <p>– формування високих моральних якостей.</p>	<p>що сприяють збереженню здоров'я та безпеці життєдіяльності.</p>
<p>Розподіл учнів на групи</p>	
<p>Школярі розподіляються на основну, підготовчу і спеціальну медичні групи. Всі вони відвідують обов'язкові уроки з фізичної культури.</p>	<p>Заняття в групах з фізичної культури проводяться за інтересами (спортивні, рекреаційні, туристичні, танцювальні).</p>
<p>Організація навчання</p>	
<p>Навчальна програма побудована за модульною системою. Вона містить інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову. До інваріантної частини належать: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка. Фахівці фізичної культури можуть розробляти свої варіативні модулі до цієї програми.</p> <p>Змістове наповнення варіативної складової навчальний заклад формує самостійно із модулів, запропонованих навчальною програмою (у 9 класі – 3–4 модулі). На опанування обраних модулів відводиться приблизно однакова кількість годин, але не менше ніж 18. Не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів.</p> <p>Критеріями відбору варіативних модулів є: наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів. Бажання учнів визначається обов'язковим опитуванням. Перед початком навчального року шкільне методичне об'єднання розглядає вибір та розподіл варіативних модулів у кожному класі.</p>	<p>Дидактичний процес повинен бути пристосований до індивідуальних і вікових анатомо-фізіологічних та психічних можливостей школярів. Це вимагає значного обмеження консервативних форм навчання, на користь більш активної реалізації вчителем принципу індивідуального підходу у навчально-виховному процесі в школі. Важливою парадигмою є заміна авторитарного стилю у педагогічній праці з учнями на демократичний, створення доброзичливої атмосфери та повагу до них. У навчальному закладі повинна панувати атмосфера солідарності дітей, бажання взаємодопомоги, відповідальності перед своїми однолітками за свої вчинки. Вчитель повинен максимального обмежити дисциплінарні покарання школярів, підтримувати різні форми самоуправління. Відповідно новій концепції освіти по кожному навчальному предмету визначений мінімум базових знань, умінь та навичок, якими повинні опанувати учні.</p> <p>Заняття з фізичної культури проводяться за схемою 3+2 (де 3 години планові заняття за розкладом занять, 2 години заняття в поза навчальний план).</p>
<p>Напрями освітньої діяльності та навчальні досягнення учнів</p>	
<p><i>1. Екологічна безпека та сталий розвиток:</i> учень використовує знання про особливості фізичного стану та адаптацію організму до фізичних навантажень в процесі фізкультурно-оздоровчих занять, використовує інноваційні технології для покращення здоров'я, усвідомлює людину як частину природи, її взаємодію з природним середовищем у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності, використовує сили природи в процесі занять з фізичної культури, вміє проводити різні форми рухової активності в умовах природного середовища тощо.</p> <p><i>2. Громадянська відповідальність:</i> вміє ефективно співпрацювати з іншими у процесі фізичного виховання, виявляє солідарність та зацікавленість у спільному розв'язанні проблем, здійснює критичну і практичну рефлексію, в ухваленні спільних рішень в досягненнях мети, сформована відповідальність та</p>	<p><i>1. Діагностика фізичної працездатності, фізичної активності та фізичного розвитку:</i> учень виконує запропонований набір випробувань для оцінки витривалості, швидкості, сили й гнучкості; оцінює власний рівень фізичної підготовленості; пояснює, які зміни відбуваються в фізичному розвитку в період статевого дозрівання; називає причини та наслідки ожиріння й надмірного схуднення, уживання стероїдів для збільшення м'язової маси;</p> <p><i>2. Оздоровче тренування:</i> учень обговорює зміни, що відбуваються в організмі під час фізичного навантаження; указує на переваги рухової фізичної активності; називає переваги застосування різних форм фізичної активності для збереження здоров'я в різні періоди життя людини; проводить розминку; розробляє й демонструє набір вправ для розвитку гнучкості, підвищення витривалості, зокрема для</p>

розуміння цінностей фізичної культури, дотримується демократичних принципів у фізкультурній діяльності.

3. Здоров'я і безпека: розуміє, що фізична культура є складовою частиною загальної культури суспільства, спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних якостей людини з метою гармонійного формування її як особистості. Усвідомлює, що фізична культура є важливим засобом підвищення соціальної активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвиток дружніх стосунків тощо. Свідомо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших; вміє організувати гру чи інший вид рухової діяльності, спілкуватися в різних ситуаціях фізкультурно-спортивної діяльності, нівелює конфлікти, здобуває чесну перемогу та з гідністю приймає поразку, дотримується правил чесної гри, усвідомлює важливість дотримання санітарно-гігієнічних вимог при виконанні фізичних вправ, розуміє значення рухової активності в житті людини для покращення здоров'я, формує навички самоконтролю в процесі занять фізичною культурою, дотримується правил безпечної поведінки під час уроків, змагань та інших форм фізичного виховання.

4. Підприємливість та фінансова грамотність: сформовані вміння надавати фізкультурно-оздоровчі послуги з урахуванням особливостей конкретного підприємства, організації тощо. Сприяє формуванню здатності до оцінювання власних можливостей в процесі рухової діяльності, вміє працювати в команді, сформовані навички співробітництва, реалізовувати різні ролі в ігрових ситуаціях, відповідає за прийняті рішення, усвідомлює важливість співпраці під час ігрових ситуацій, власних позитивних сторін та визнає свої недоліки у тактичних діях в різних видах спорту, проявляє ініціативність та активність у фізкультурній діяльності, вміє планувати змагання між класами, школами тощо та укладати кошторис запланованих змагань.

зміцнення м'язів живота, спини, верхніх кінцівок та покращення постави; розробляє розклад дня, з урахуванням пропорцій між роботою та відпочинком, розумовою й фізичною працею; планує та виконує простий набір гімнастичних вправ; обирає й долає маршрут кросового бігу;

3. Спорт для життя та відпочинку: учень застосовує в іграх відбиття м'яча різними способами, виконання подач, прийом і передачу м'яча, ігрові фінти; правильно визначає місце на полі в атаці й обороні; перераховує місця й об'єкти в найближчих околицях, які можна використовувати для занять фізичною культурою і спортом;

4. Безпечна діяльність і особиста гігієна: учень може перерахувати найбільш поширені причини й обставини нещасних випадків і травм під час виконання рухових дій, обговорює способи їхнього запобігання; указує на небезпеки, пов'язані з заняттями в деяких видах спорту; пояснює гігієнічні вимоги, які впливають із змін, що відбуваються в організмі в період статевого дозрівання;

5. Заняття спортом: учень планує шкільні спортивні ігри за системою «кожен з кожним»; виконує роль організатора, гравця, судді й уболівальника в рамках шкільних спортивних змагань; пояснює, що символізують прапор і олімпійський факел; застосовує правила «Fair play», не використовує випадкової переваги, уміє правильно поводитись у ситуації перемоги і поразки;

6. Заняття танцями: учень вивчає й виконує будь-яку систему індивідуальних і групових танців;

7. Оздоровча освіта: учень пояснює, що таке здоров'я; перераховує чинники, які позитивно й негативно впливають на стан здоров'я та самопочуття, вказує, на які може здійснювати вплив; визначає, яка поведінка сприяє, а яка загрожує здоров'ю й пояснює причини; визначає сильні сторони, планує шляхи їхнього розвитку, установлює слабкі сторони, які необхідно вдосконалювати; обговорює конструктивні способи боротьби з негативними емоціями; обговорює способи зниження надмірного стресу; обговорює значення для здоров'я гарних відносин з іншими людьми, однолітками і особами протилежної статі; пояснює, яким чином він може надавати й отримувати різного роду підтримку; пояснює, що означає наполеглива поведінка, і надає її приклади; обговорює шкідливість для здоров'я, пов'язану з курінням, уживанням алкоголю та інших психотропних речовин; пояснює, для чого і як слід чинити опір тиску щодо його вживання.

Вимоги, що впливають на оцінку	
<p>1. Засвоєння техніки виконання фізичної вправи (може здійснюватися окремо від прийому навчального нормативу).</p> <p>2. Виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).</p> <p>3. Виконання навчальних завдань під час проведення уроку.</p> <p>4. Засвоєння теоретико-методичних знань.</p> <p>При цьому оцінка за виконання нормативу не є домінуючою під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання. Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються орієнтовні навчальні нормативи передбачені цією програмою. При оцінюванні навчальних досягнень також враховуються:</p> <ul style="list-style-type: none"> – особисті досягнення протягом навчального року; – ступінь активності у спортивних змаганнях усіх рівнів. <p>На основі зазначених показників учителі можуть застосовувати різноманітні системи нарахування «бонусних» балів.</p>	<p>1. Розвиток фізичних якостей.</p> <p>2. Активність учня на уроці.</p> <p>3. Дотримання норм поведінки відповідно до правил «Fair play».</p> <p>4. Результати участі у позашкільних заняттях фізкультурно-спортивної спрямованості.</p>
Авторські програми	
<p>Фахівці фізичної культури можуть розробляти свої варіативні модулі до базової програми. Програми варіативних модулів мають пройти експертизу, отримати гриф Міністерства освіти і науки України та бути оприлюдненими для загального користування. В програмі запропоновано 32 варіативних модуля, серед яких:</p> <p><i>Баскетбол:</i> О. М. Лакіза.</p> <p><i>Волейбол:</i> В. Г. Гусев, Н. С. Кравченко.</p> <p><i>Гімнастика:</i> С. М. Чешейко, Н. С. Кравченко, Л. А. Галенко.</p> <p><i>Легка атлетика:</i> Я. Т. Гаврих, Н. С. Кравченко.</p> <p><i>Лижна підготовка:</i> В. В. Ворона, І. В. Пата.</p> <p><i>Футбол:</i> Є. В. Столітенко, Д. В. Деменков.</p>	<p>Характерною особливістю польської системи освіти є розповсюдження й упровадження зразкових авторських програм навчання, які обов'язково мають представляти різні регіони держави. У кожному воеводстві має бути не менш двох зразкових авторських програм які розповсюджуються як приклади «добрих практик». Таки програми ґрунтуються на національних та місцевих традиціях занять спортом та фізичною культурою, повинні враховувати інтереси учнів, щодо запропонованих занять фізичними вправами, освітні, матеріально-технічні, кліматичні, культурні, релігійні особливості даного регіону.</p>

За результатами самооцінки рівня фізичного здоров'я учнів 9 класів встановлено, що наприкінці дослідження достовірно значущі зміни відбулись у зменшенні кількості учнів, що мають самооцінку рівня фізичного здоров'я нищу від середнього в контрольній групі - 8,0% ($p < 0.05$), в експериментальній групі - 5,0% ($p < 0.05$); у збільшенні кількості учнів, що мають самооцінку рівня фізичного здоров'я середнього рівня + 6,4% ($p < 0.05$) в контрольній групі; у збільшенні кількості учнів, що мають самооцінку фізичного здоров'я вище середнього рівня + 6,6% ($p < 0.05$) в експериментальній групі (табл. 2).

Таблиця 2

Параметри самооцінки рівня фізичного здоров'я учнів 9 класів на різних етапах експерименту

Рівень здоров'я	Етапи навчання									
	A	B	C	D	Зміни %	A	B	C	D	Зміни %
	Контрольна група (n=62)					Експериментальна група (n=60)				
Високий	5	5	6	6	+1,6	4	4	4	5	+1,7
Вищий від середнього	13	12	13	14	+1,6	13	11	13	17	+6,6
Середній	22	21	23	26	+6,4	23	21	22	22	-1,7
Нижчий від середнього	16	17	14	11	-8,0	15	19	16	12	-5,0
Низький	6	7	6	5	-1,6	5	5	5	4	-1,7

де: А – показники на початку експерименту;
 В – показники наприкінці третього місяця занять;
 С – показники наприкінці шостого місяця занять;
 D – показники наприкінці експерименту.

Дослідження динаміки показників розвитку рухових здібностей учнів 9 класів в контрольній та експериментальній групах дають змогу провести порівняльний аналіз ефективності польської та української базових програм навчання. Результати тестування подано у табл. 3.

Таблиця 3

Результати тестування

Тести		На початку експерименту		Наприкінці експерименту			
		Контрольна група (n=62)	Експериментальна група (n=60)	Контрольна група (n=62)	Зміни %	Експериментальна група (n=60)	Зміни %
		X± m	X± m	X± m		X± m	
біг 100 м. (с)	хл	16,0±2,2	15,7±2,3	15,6±2,4	+2,50	15,4±2,4	+1,91
	д	18,5±2,3	18,2 ±2,4	17,8±2,6	+1,17	17,7±2,4	+2,87
тест Купера (м)	хл	2174±182	2126±216	2280±170	+4,87	2314±246	+8,84
	д	1740±275	1685±255	1820±280	+4,60	1760±320	+4,45
Підтягування (разів)	хл	7,7±5,2	7,2±4,5	8,6±5,6	+11,69	8,3±5,1	+15,28
віджимання від лави (разів)	д	13,8±5,5	14,2±5,1	14,8±6,4	+7,24	15,0±5,0	+5,63
стрибок у довжину з місця (см)	хл	191±20,5	194,5±24	198,5±24,5	+3,92	200,5±22,5	+3,08
	д	157,6±18,5	155,8±21,6	161±20,0	+2,16	164,5±21,5	+5,58
утримання положення упору (с)	хл	45,2±12,4	46,5±14,5	51,2±12,3	+13,27	50,8±14,5	+9,24
	д	36,7±10,2	36,2±11,5	40,1±11,0	+9,26	39,2±12,2	+8,28
викрут прямих рук назад (см)	хл	78,0±14,0	76,5±16,5	79,5±13,5	-1,92	77,5±14,5	-1,31
	д	64,5±12,2	65,5±14,5	64,0±13,0	+0,78	66,5±15,5	-1,52
утримання рівноваги (с)	хл	36,5±9,5	36,8±10,3	41,2±10,3	+12,87	40,5±10,5	+10,05
	д	42,5±8,0	44,5±9,5	46,3±6,3	+8,94	47,5±11,5	+6,74
тест Берпі (разів)	хл	17,5±6,5	17,2±7,0	19,0±5,5	+8,57	18,2±4,5	+5,81
	д	12,2±5,5	12,6±6,2	13,0±6,5	+6,56	13,2±6,7	+4,76
човниковий біг 4x9 м (с)	хл	10,60±0,60	10,74±0,86	10,25±0,75	+3,30	10,05±0,85	+6,43
	д	11,22±0,68	11,26±0,86	10,95±0,72	+2,46	10,72±0,78	+5,03

Порівняння результатів проведених тестувань учнів 9 класів на початку та завершенні експерименту показало загальну тенденцію до покращення показників фізичного розвитку в контрольній та експериментальній групах, що свідчить про ефективність запропонованих програм навчання.

Водночас динаміка покращення показників розвитку фізичних здібностей в контрольній та експериментальній групах мали суттєві відмінності. Хлопці експериментальної групи показали кращу динаміку розвитку у виконанні тесту Купера +8,84% проти +4,87% (p<0,05); підтягуванні на перекладині +15,28% проти +11,69% (p<0,01); човниковому бігу 4x9 м +6,43% проти +3,30% (p<0,05). Дівчата експериментальної групи показали кращу динаміку розвитку у виконанні стрибка у довжину з місця +5,58% проти +2,15% (p<0,05); човниковому бігу 4x9 м +5,03% проти +2,46% (p<0,05).

Хлопці контрольної групи показали кращу динаміку розвитку у виконанні утримання положення упору лежачи на передпліччі «планка» +13,27% проти +9,24% (p<0,01); утримання рівноваги на одній нозі +12,87% проти +10,05% (p<0,01); тесті Берпі +8,57% проти +5,81% (p<0,05). Дівчата контрольної групи показали кращу динаміку розвитку у виконанні віджимання від лави +7,24% проти +5,63% (p<0,05); утримання рівноваги на одній нозі +8,57% проти +5,81% (p<0,05); тесті Берпі +6,56% проти +4,76% (p<0,05).

Незначні зміни в контрольній та експериментальній групах відбулись у розвитку швидкості (біг 100 м), гнучкості (викрут прямих рук назад), вибухової сили у хлопців (стрибок у довжину з

місця), що пов'язано насамперед з особливостями вікового морфофункціонального розвитку організму молоді людини.

Обговорення / Discussion. Проблема розвитку рухових здібностей молоді людини засобами фізичної культури й одночасне збереження її здоров'я є актуальною для суспільства, науковців та викладачів оскільки це найбільш продуктивний період формування поглядів та установок учнів на подальший фізичний розвиток, збереження здоров'я та необхідності у систематичних заняттях фізичною культурою та спортом (Nowocien J., 2014).

Вирішення вказаної проблеми науковці розглядають в площині:

– доведення життєвої необхідності в веденні активного та здорового способу життя та у систематичних заняттях фізичною культурою та спортом (Zukowska Z., 2013; Mozolev O., Bloschynskiy I., Aliexsieiev O., Romanushyna L., Zdanevych L., Melnychuk I., Prontenko K., & Prontenko V., 2019);

– дослідження шляхів активізації діяльності сучасної учнівської молоді до оздоровчих занять фізичними вправами (Закопайло С., 2015);

– проведення компаративного аналізу різноманітних систем занять фізичними вправами, встановлення їх впливу на стан здоров'я та розвиток фізичних та морфологічних можливостей організму (Dobosz J., 2014);

– обґрунтування позитивних змін в стані здоров'я і самопочуття під впливом фізичного навантаження (Сороколів Н., 2015);

– зміні пріоритетів в змістовій та якісній підготовці фахівців фізичної культури, які вмiють застосовувати сучасні методики проведення занять з фізичної культури (Woinarowska B., 2012; Mozolev O., Halus O., Bloschynskiy I., & Kovalchuk R., 2019).

Дослідження науковців (Вільчковський Е., 2010; Maszczak T., 2013) та проведений компаративний аналіз базових програм навчання з фізичної культури (Мозолев О., 2017), щодо наближення стандартів навчання в українських та польських школах до загальноєвропейських вимог, служили підґрунтям для нашого дослідження та дали можливість визначити перспективні шляхи модернізації шкільної фізкультурної освіти в основній школі.

За підсумками нашого дослідження було: розкрито зміст, напрями освітньої діяльності та вимоги щодо впровадження авторських програм навчання з предмета «Фізична культура»; розширено данні щодо теоретичного змісту базових програм навчання з фізичної культури для учнів 9 класів; визначено різницю у показниках досягнень школярів на різних етапах навчання; встановлено відмінності, спільні підходи та особливості в організації процесу навчання в школах України та Польщі, які дали можливість визначити ефективність даних програм, загальну тенденцію їх практичного застосування щодо покращення показників фізичного розвитку учнів 9 класів та встановлено відмінність в конкретно визначеному пріоритетному розвитку тієї чи іншої рухової здібності у хлопців та дівчат.

Також було розширено данні досліджень (Круцевич Т., 2012; Dziubinski Z., 2010) щодо необхідності здійснення постійного моніторингу базових програм навчання та внесення до них своєчасних змін та доповнень.

Висновки / Conclusions.

1. За результатами теоретичного аналізу базових програм навчання з фізичної культури були встановлені основні відмінності польської базової програми навчання від української, а саме: інші напрями освітньої діяльності; наявність вимог щодо обов'язкових занять фізичною культурою в позанавчальний час учнів, не менше 2 годин на тиждень; формування груп для занять фізичною культурою за інтересами; формування загальної культури поведінки учнів відповідно до правил «Fair play» (повага до оточуючих, супротивника та вболівальників); розробка регіональних авторських програм з фізичної культури.

2. Результати досліджень рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів 9 класів в контрольній та експериментальній групах засвідчили, що протягом всього часу проведення дослідження показники розвитку рухових здібностей покращувались. Спостерігалися достовірні зміни у показниках розвитку витривалості у хлопців та дівчат ($p < 0,05$); сили у хлопців ($p < 0,01$), у дівчат ($p < 0,05$); силової витривалості у хлопців ($p < 0,01$), у дівчат ($p < 0,05$); вибухової сили у дівчат ($p < 0,05$); утримання рівноваги на одній нозі у хлопців ($p < 0,01$), у дівчат ($p < 0,05$); спритності у хлопців та дівчат ($p < 0,05$); здібності до загальної координованості рухів тіла, пов'язаних із диференціюванням швидко-силових параметрів у хлопців та дівчат ($p < 0,05$).

Така позитивна стійка тенденція щодо покращення приросту показників рухових здібностей свідчить про ефективність як польської, так і української базових програм навчання з фізичної культури в основній школі.

3. Практична перевірка польської та української базових програм навчання показала кращу динаміку розвитку загальної витривалості, сили та спритності у хлопців експериментальної групи,

а у хлопців контрольної групи виявилась краща динаміка показників розвитку силової витривалості, статичної рівноваги, загальної координованості рухів тіла. У дівчат експериментальної групи виявилась краща динаміка показників розвитку вибухової сили та спритності, відповідно у дівчат контрольної групи краща динаміка показників розвитку сили, статичної рівноваги, загальної координованості рухів тіла.

Список використаних джерел і літератури:

- Васьков, Ю. В.** (2013). *Теоретичні і методичні засади навчання фізичної культури учнів основної школи*: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.02. «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Київ [in Ukrainian].
- Вільчковський, Е. С.** (2010). Удосконалення системи фізичного виховання дітей та учнівської молоді у Польщі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 7, 61–65 [in Ukrainian].
- Губа, В. П., Шестаков, М. П., Бубнов, Н. Б., & Борисенков, М. П.** (2002). *Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике*. Москва: СпортАкадемПресс [in Russian].
- Денисова, Л. В., Хмельницкая, И. В., & Харченко, Л. А.** (2008). *Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте*. Киев: Олимпийская литература [in Russian].
- Закопайло, С. А.** (2015). Формування мотивації та інтересу в учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*, 8, 140–146 [in Ukrainian].
- Круцевич, Т. Ю.** (2012). Концепція удосконалення програм з фізичної культури в загальноосвітній школі. *Фізичне виховання в сучасній школі*, 2, 9–12 [in Ukrainian].
- Мандюк, А. Б., Ярошик, М. Я., & Літкевич, О. А.** (2014). Порівняльний аналіз тестів рівня фізичної підготовленості в Україні та зарубіжних країнах. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2 (40), 90–94 [in Ukrainian].
- Мозолев, О. М.** (2017). *Управління розвитком освіти у сфері фізичної культури і спорту в Польщі: упровадження передового досвіду в Україні* [Монографія]. Хмельницький: ФОП Цюпак А.А. [in Ukrainian].
- Мозолев, О. М.** (2018). Перспективні шляхи вдосконалення процесу управління розвитком освіти у сфері фізичної культури і спорту в Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*, 3 К (97) 18, 351–354 [in Ukrainian].
- Мозолев, О. М.** (2018). Управління розвитком освіти у сфері фізичної культури і спорту в Україні: європейський вимір. *Вісник Черкаського університету (Педагогічні науки)*, 5, 124–130 [in Ukrainian].
- Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи* (затверджена наказом МОН від 23.10.2017 № 1407). Взято з <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-5-9-klas> [in Ukrainian].
- Пасічник, В.** (2009). Основні напрями розвитку фізичного виховання в сучасних школах Польщі. *Молода спортивна наука в Україні* (Т. 2, с. 122–126). Львів [in Ukrainian].
- Сороколіт, Н.** (2015). Розвиток силових здібностей учнів 5–9 класів в умовах нової навчальної програми. *Молода спортивна наука України* (Т. 2, с. 282–286). Львів [in Ukrainian].
- Cendrowski, Z.** (2009). Nowa podstawa programowa wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej na ogólniejszym tle problemów cywilizacyjnych i zdrowotnych [A New Core Curriculum in Physical Education and Health Education in the Case of the General Background of Civilization and Health Problems]. *Kultura fizyczna – Physical Culture*, 5–6, 1–13 [in Polish].
- Dziubinski, Z.** (2010). Nowa podstawa programowa – wychowania fizycznego i zdrowotnego [New Core Curriculum – Physical and Health Education]. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne – Physical and Health Education*, 7, 31–33 [in Polish].
- Dobosz, J.** (2012). *Kondycja fizyczna dzieci i młodzieży w wieku szkolnym* [Physical Condition of School Children and Adolescents]. Warszawa: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie [in Polish].
- Dobosz J.** (2014). *Tabele punktuacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic gimnazjów oraz szkół ponadgimnazjalnych* (część 1–2) [Eurofit, International and Cooper Test Scoring Tables for Junior High School and High School Students (part 1–2)]. Warszawa: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, część 1–2. [in Polish].
- Maszczyk, T.** (2013). *Educacja fizyczna w nowej szkole* [Physical Education in a New School]. Warszawa: AWF [in Polish].
- Mozolev, O.** (2017). Comparative Analysis of Mechanisms of Education Development Management in the Sphere of Physical Culture and Sports in Ukraine and Poland. *News of Science and Education*, 2 (50), 45–50 [in English].
- Mozolev, O., Bloshchynskiy, I., Aliksieiev, O., Romanyshyna, L., Zdanevych, L., Melnychuk, I., Pronenko, K., & Pronenko, V.** (2019). Influence of Modern Fitness Technologies on the State of Health and Development of Motor Abilities of 17-19-Year-Old Female Students. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (Supplement issue 3), 917–924. doi: 10.7752/jpes.2019.s3132 [in English].
- Mozolev, O., Halus, O., Bloshchynskiy, I., & Kovalchuk, R.** (2019). Human Resources Management of Educational Development in Sphere of Physical Culture and Sports in Ukraine: Comparative Analysis (1992–2016). *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (Supplement issue 1), 185–192. doi:10.7752/jpes.2019.s1028 [in English].

Nowocien, J. (2014). *Szkolne wychowanie fizyczne w dobie reform edukacyjnych [School Physical Education in the Age of Educational Reforms]*. Warszawa: AWF [in Polish].

Woynarowska, B. (2012). Edukacja zdrowotna – w nowych standardach kształcenia nauczycieli [Health Education – in New Standards of Teacher Education]. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne – Physical and Health Education*, 5, 4–12 [in Polish].

Żukowska, Z. (2013). Wychowanie fizyczne i wychowanie zdrowotne w przemianach edukacyjnych reformowanej szkoły [Physical Education and Health Education in the Educational Changes of the Reformed School]. *Wychowanie i kształcenie w reformowanej szkole – Upbringing and Education in the Reformed School*, 4, 123–130 [in Polish].

References:

Vaskov, Yu. V. (2013). *Teoretychni i metodichni zasady navchannia fizychnoi kultury uchniv osnovnoi shkoly [Theoretical and Methodical Principles of Physical Education Training for Primary School Pupils]*. (Doctoral dissertation). Kyiv [in Ukrainian].

Vilchkovskiy, E. S. (2010). Udoskonalennia systemy fizychnoho vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi u Polshi [Improvement of the System of Physical Education of Children and Pupils in Poland]. *Naukovii chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova – Scientific Bulletin of M. P. Dragomanov National Pedagogical University*, 7, 61–65 [in Ukrainian].

Guba, V. P., Shestakov, M. P., Bubnov, N. B., & Borisenkov, M. P. (2002). *Izmereniya i vy'chisleniya v sportivno-pedagogicheskoy praktike [Measurements and Calculations in Sports and Pedagogical Practice]*. Moscow: SportAcademPress [in Russian].

Denisova, L. V., Hmelnickaya, I. V., & Harchenko, L. A. (2008). *Izmereniya i metody' matematicheskoy statistiki v fizicheskom vospitanii i sporte [Measurements and Methods of Mathematical Statistics in Physical Education and Sport]*. Kyiv: Olympic literature [in Russian].

Zakopailo, S. A. (2015). Formuvannia motyvatsii ta interesu v uchniv zahalnoosvitnikh shkil do zaniat fizychnoiu kulturoiu [Formation of Motivation and Interest of Students of General Education Schools to Physical Education Classes]. *Visnyk of Kamianets-Podilskiy Ivan Ohiienko National University – Bulletin of Kamianets-Podilskiy Ivan Ohiienko National University*, 8, 140–146 [in Ukrainian].

Krutsevych, T. Yu. (2012). Kontsepcia udoskonalennia prohram z fizychnoi kultury v zahalnoosvitnii shkoli [The Concept of Improving Physical Education Programs in General Education]. *Fizychni vykhovannia v suchasni shkoli – Physical Education in Modern School*, 2, 9–12 [in Ukrainian].

Mandiuk, A. B., Yaroshyk, M. Ya., & Litkevych, O. A. (2014). Porivnialnii analiz testiv rivnia fizychnoi pidgotovlenosti v Ukraini ta zarubizhnykh krainakh [Comparative Analysis of Physical Fitness Tests in Ukraine and Foreign Countries]. *Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk – Slobozhanskyi Scientific and Sport Bulletin*, 2 (40), 90–94 [in Ukrainian].

Mozolev, O. M. (2017). *Upravlinnia rozvytkom osvity u sferi fizychnoi kultury i sportu v Polshi: uprovadzhenia peredovoho dosvidu v Ukraini [Management of the Development of Education in the Field of Physical Culture and Sports in Poland: Introduction of Best Practices in Ukraine]* [Monograph]. Khmelnytskyi: FOP Tsiupak A. A. [in Ukrainian].

Mozolev, O. M. (2018). Perspektyvni shliakhy vdoskonalennia protsesu upravlinnia rozvytkom osvity u sferi fizychnoi kultury i sportu v Ukraini [Perspective Ways to Improve the Process of Managing the Development of Education in the Field of Physical Culture and Sports in Ukraine]. *Naukovii chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova – Scientific Bulletin of M. P. Dragomanov National Pedagogical University*, 3 K (97) 18, 351–354 [in Ukrainian].

Mozolev, O. M. (2018). Upravlinnia rozvytkom osvity u sferi fizychnoi kultury i sportu v Ukraini: yevropeiskiy vymir [Management of the Development of Education in the Field of Physical Culture and Sport in Ukraine: European Dimension]. *Visnyk Cherkaskoho Universytetu (Pedahohichni nauky) – Bulletin of Cherkasy University (Pedagogical Sciences)*, 5, 124–130 [in Ukrainian].

Navchalna prohrama z fizychnoi kultury dlia zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv. 5–9 klasy [Curriculum on Physical Culture for General Educational Institutions. 5–9 Classes]. Retrieved from <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-5-9-klas> [in Ukrainian].

Pasichnyk, V. (2009). Osnovni napriamy rozvytku fizychnoho vykhovannia v suchasnykh shkolakh Polshi [Basic Directions of Development of Physical Education in Modern Schools of Poland]. *Moloda sportyvna nauka v Ukraini – Young Sports Science in Ukraine* (Vol. 2, pp. 122–126). Lviv [in Ukrainian].

Sorokolit, N. (2015). Rozvytok sylovykh zdbnostei uchniv 5–9 klasiv v umovakh novoi navchalnoi prohramy [Development of Power Abilities of Students of 5-9 Grades in the Conditions of the New Curriculum]. *Moloda sportyvna nauka v Ukraini – Young Sports Science in Ukraine* (Vol. 2, pp. 282–286). Lviv [in Ukrainian].

Cendrowski, Z. (2009). Nowa podstawa programowa wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej na ogolniejszym tle problemow cywilizacyjnych i zdrowotnych [New Core Curriculum in Physical Education and Health Education in the Case of the General Background of Civilization and Health Problems]. *Kultura fizyczna – Physical Culture*, 5–6, 1–13 [in Polish].

Dziubinski, Z. (2010). Nowa podstawa programowa – wychowania fizycznego i zdrowotnego [New Core Curriculum – Physical and Health Education]. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne – Physical and Health Education*, 7, 31–33 [in Polish].

Dobosz, J. (2012). *Kondycja fizyczna dzieci i mlodeziezy w wieki szkolnym [Physical Condition of School Children and Adolescents]*. Warszawa: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie [in Polish].

Dobosz J. (2014). *Tabele punktuacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic gimnazjów oraz szkół ponadgimnazjalnych (część 1–2)* [Eurofit, International and Cooper Test Scoring Tables for Junior High School and High School Students (part 1–2)]. Warszawa: Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie, część 1–2. [in Polish].

Maszczyk, T. (2013). *Educacja fizyczna w nowej szkole* [Physical Education in the New School]. Warszawa: AWF [in Polish].

Mozolev, O. (2017). Comparative Analysis of Mechanisms of Education Development Management in the Sphere of Physical Culture and Sports in Ukraine and Poland. *News of Science and Education*, 2 (50), 45–50 [in English].

Mozolev, O., Bloschynskiy, I., Aliksieiev, O., Romanyshyna, L., Zdanevych, L., Melnychuk, I., Prontenko, K., & Prontenko, V. (2019). Influence of Modern Fitness Technologies on the State of Health and Development of Motor Abilities of 17-19-Year-Old Female Students. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (Supplement issue 3), 917–924. doi: 10.7752/jpes.2019.s3132 [in English].

Mozolev, O., Halus, O., Bloschynskiy, I., & Kovalchuk, R. (2019). Human Resources Management of Educational Development in Sphere of Physical Culture and Sports in Ukraine: Comparative Analysis (1992–2016). *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (Supplement issue 1), 185–192. doi:10.7752/jpes.2019.s1028 [in English].

Nowocien, J. (2014). *Szkolne wychowanie fizyczne w dobie reform edukacyjnych* [School Physical Education in the Age of Educational Reforms]. Warszawa: AWF [in Polish].

Woynarowska, B. (2012). Edukacja zdrowotna – w nowych standardach kształcenia nauczycieli [Health Education – in New Standards of Teacher Education]. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne – Physical and Health Education*, 5, 4–12 [in Polish].

Żukowska, Z. (2013). Wychowanie fizyczne i wychowanie zdrowotne w przemianach edukacyjnych reformowanej szkoły [Physical Education and Health Education in the Educational Changes of the Reformed School]. *Wychowanie i kształcenie w reformowanej szkole – Upbringing and Education in the Reformed School*, 4, 123–130 [in Polish].

Дата надходження статті: «23» липня 2019 р.

Стаття прийнята до друку: «12» вересня 2019 р.

Мозолев Олександр – професор кафедри теорії і методики фізичної культури та валеології Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії, доктор педагогічних наук, професор

Mozolev Oleksandr – Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Valeology of Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Хмара Марина – викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та валеології Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії

Khmara Maryna – Lecturer of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Valeology of Khmelnytskyi Humanitarian-Pedagogical Academy

Цитуйте цю статтю як:

Мозолев, О., & Хмара, М. (2019). Компаративний аналіз ефективності польської та української базових програм навчання з фізичної культури учнів основної школи. *Педагогічний дискурс*, 27, 7–17. doi: 10.31475/ped.dys.2019.27.01.

Cite this article as:

Mozolev, O., & Khmara, M. (2019). Comparative Analysis of the Effectiveness of the Polish and Ukrainian Basic Training Programs for Physical Education of Primary School Students. *Pedagogical Discourse*, 27, 7–17. doi: 10.31475/ped.dys.2019.27.01.