

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА

Березовський Василь Анатолійович

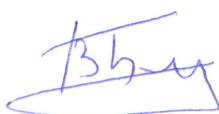
УДК 37.016:796.011.3

**МЕТОДИКА НАВЧАННЯ СПОРТИВНОГО
ОРІЄНТУВАННЯ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ В
ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

13.00.02 – теорія і методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук



Київ – 2017

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: доктор педагогічних наук, професор
Тимошенко Олексій Валерійович,
Національний педагогічний університет
імені М. П. Драгоманова,
декан факультету фізичного виховання і спорту.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Артюшенко Андрій Олександрович,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
професор кафедри спортивних дисциплін;

кандидат педагогічних наук
Костюк Юлія Сергіївна,
Житомирський державний університет
імені Івана Франка,
старший викладач кафедри фізичного
виховання та рекреації.

Захист відбудеться 24 травня 2017 р. о 14⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.14 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9).

Автореферат розісланий «24» квітня 2017 р.

**Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради**



С. В. Федоренко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. На сучасному етапі розвитку національної школи в Україні важливим стратегічним завданням реформування змісту освіти є необхідність сприяння фізичному, психічному здоров'ю молоді, врахування потреб особистісно-орієнтованої спрямованості навчання і виховання учнів, утвердження пріоритетів здорового способу життя людини (В. П. Андрущенко, В. Г. Ареф'єв, О. Д. Дубогай, Т. Ю. Круцевич, О. В. Тимошенко та ін.).

Ця ідея закріплена на законодавчому рівні прийняттям низки нормативних документів: Закону України «Про загальну середню освіту», Указу Президента України «Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року», Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року, Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», Національного плану заходів з імплементації та реалізації засад європейської політики «Здоров'я-2020».

Однак модернізація освітньої системи натрапляє на значні труднощі: значне скорочення витрат на соціальні потреби, відсутність чітко визначеної стратегії реформування освіти, повільність сутнісних змін, непослідовність окремих кроків, а також декларативність багатьох положень концептуальних документів (В. Г. Кремень, Є. А. Пінчук).

Це вимагає серйозної перебудови освітнього процесу в школі, пошуку нових форм і методів фізичного виховання учнів, ефективних технологій, що сприятимуть підготовці всебічно розвиненої та творчої особистості, яка здатна і готова захищати свою країну (А. О. Артюшенко, Ю. С. Костюк, Ю. С. Фіногенов).

На думку багатьох вчених спортивне орієнтування відкриває широкі можливості для діяльності вчителів та учнів (Ч. А. Дажи, О. В. Доценко, Б. О. Слонов, А. Г. Шугаєв та ін.). Проведені наукові дослідження свідчать, що спортивне орієнтування сприяє фізичному розвитку, вихованню вольових та моральних якостей (Д. С. Якушев); розвитку інтелектуальних здібностей, підвищенню розумової працездатності (Я. П. Галан, Н. А. Коломієць, W. David та ін.), поліпшенню показників функціонального стану та фізичного здоров'я (С. А. Король, М. Г. Суханова); ефективним засобом сполученого розвитку основних фізичних якостей та рухових навичок учнів (Х. Р. Хіменес, О. М. Худолій, D. Adams). Аналіз досліджень, проведених у різних країнах світу, свідчить про ефективність впровадження засобів спортивного орієнтування в процес фізичного виховання учнів (J. Baker, V. Cheshihina, T. Midtbø, G. Sack).

Доступність і ефективність використання спортивного орієнтування в організації та проведенні занять зі старшокласниками на уроках фізичної культури дозволяє вирішувати проблемні питання, характерні для сучасної школи.

Водночас, у сучасній навчально-методичній літературі питання, які стосуються навчання спортивного орієнтування на уроках фізичної культури, висвітлено недостатньо. У цьому контексті актуальним є розробка варіативного модулю «Спортивне орієнтування» та обґрунтування методики навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання.

Дані положення пояснюють актуальність теми дослідження, яка пов'язана з

необхідністю вирішення наукового завдання, що представляє істотне теоретичне та практичне значення для вдосконалення системи фізичного виховання учнів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою частиною тематичного плану та загальної проблеми наукових досліджень Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова «Теорія і технологія навчання та виховання в системі освіти». Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри олімпійського та професійного спорту Інституту фізичного виховання та спорту згідно з паспортом спеціальності п. 7 «Формування спеціальних знань і рухових навичок у дітей та молоді у процесі навчання фізичної культури, основ здорового способу життя» (протокол № 9 від 16 квітня 2008 р.).

Тема дослідження затверджена на засіданні Вченої ради НПУ імені М. П. Драгоманова (протокол № 7 від 31.01.2013 року) та узгоджена в Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 4 від 23.04.2013 року).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити методику навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз теоретико-методичних основ використання засобів спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів.
2. Дослідити мотиваційні пріоритети, показники фізичного стану учнів старших класів.
3. Визначити критерії оцінки успішності навчання з фізичної культури учнів старшої школи в процесі вивчення спортивного орієнтування.
4. Розробити та експериментально перевірити методику навчання спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів.

Об'єкт дослідження – навчально-виховний процес з фізичної культури учнів старшої школи.

Предмет дослідження – зміст, форми, засоби і методи навчання спортивного орієнтування учнів старших класів з урахуванням вікових, статевих, морфо-функціональних і психологічних особливостей їх розвитку.

Методи дослідження:

– *теоретичні*: метод теоретичного аналізу і узагальнення даних науково-методичної літератури та аналіз документальних матеріалів дав можливість вивчити теоретичні та методичні засади організації фізичного виховання учнів старших класів;

– *емпіричні*: педагогічні спостереження за навчально-виховним процесом учнів старшої школи, анкетування учнів старших класів з метою вивчення їх мотиваційних пріоритетів до уроків фізичної культури; педагогічне тестування фізичної підготовленості, констатувальний та формувальний педагогічні експерименти з метою отримання інформації, необхідної для розробки та вивчення ефективності методики навчання спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів. Для отримання інформації про показники фізичного стану використовувалися антропометричні та фізіологічні методи

дослідження. Для дослідження психоемоційного стану учнів використовувалися методика «САН». Психофізіологічні методи дослідження застосовувалися для визначення складної зорово-моторної реакції, точності сприйняття розмірів, швидкості та обсягу переробки інформації, обсягу короткострокової пам'яті. Для проведення психодіагностики використовувалася комп'ютерна система «Ягуар», комплекс комп'ютерної психодіагностичної програми «Персональна психологія» Windows версія EffectonStudio 2005 та тест, що рекомендований європейською асоціацією психологів, основою якого була модифікована методика Векслера-Шеннона. Оцінка рівня фізичного здоров'я проводилася за методикою Г. Л. Апанасенка.

– *методи обробки статистичних даних* використовувались для опрацювання експериментальних результатів дослідження з метою їх кількісного й кількісного аналізу та обґрунтованості висновків.

Наукова новизна одержаних результатів:

– *вперше* обґрунтовано методику навчання спортивного орієнтування учнів старших класів з урахуванням вікових, статевих, морфо-функціональних і психологічних особливостей розвитку їх організму; обґрунтовано структуру та зміст варіативного модулю базової програми з фізичної культури для учнів старших класів «Спортивне орієнтування»; запропоновано критерії оцінки успішності навчання та систему комплексного контролю показників фізичного стану, рухових вмінь, навичок та технічної майстерності зі спортивного орієнтування на заняттях з фізичної культури;

– *доповнено* дані про мотиваційні пріоритети, показники фізичного стану дітей старшого шкільного віку;

– *подальшого розвитку дістали* питання удосконалення організації занять з фізичної культури для учнів старшої школи.

Практичне значення результатів дослідження полягає в розробці навчальної програми з фізичного виховання для загальноосвітніх навчальних закладів – варіативний модуль «Спортивне орієнтування». Теоретичні положення дисертаційної роботи впроваджено в лекційний матеріал дисциплін «Організація і методика туризму», «Орієнтування та топографія» для студентів факультету фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (довідка № 07-10/2108 від 01.12.2016 р.). Результати дослідження стали підґрунтям удосконалення навчальних дисциплін «Орієнтування та топографія», «Організація і методика туризму», «Організація і методика спортивно-туристичної роботи» для студентів факультету фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка (довідка № 01-10/2001 від 01.12.2016 р.).

Одержані результати використано у змісті уроків фізичної культури в Ірпінській ЗОШ № 18 (сmt. Коцюбинське Київської обл., довідка № 306 від 29.11.2016 р.), у ЗОШ № 160 (м. Київ, довідка № 620 від 30.11.2016 р.), у Києво-Печерському ліцеї № 171 «Лідер» (м. Київ, довідка № 641 від 28.11.2016 р.), а також у практиці гурткової роботи Комунального позашкільного навчального закладу «Київський центр дитячо-юнацького туризму, краєзнавства та військово-патріотичного виховання» (м. Київ, довідка № 302 від 28.11.2016 р.).

Особистий внесок здобувача у спільно опублікованих наукових працях полягав у формуванні напряму дослідження, в організації та проведенні експериментальних досліджень [2], аналізі та обговоренні фактичного матеріалу [7].

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження доповідалися на ІХ Міжнародному науковому конгресі «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2005); VIII–IX Міжнародних наукових конференціях молодих учених «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2015–2016); IX Міжнародній науковій конференції «Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту» (Чернігів, 2016); X Всеукраїнській науково-практичній конференції з міжнародною участю «Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення» (Львів, 2016); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту» (Чернівці, 2016); щорічних конференціях кафедри олімпійського та професійного спорту Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (Київ, 2005–2016).

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи викладено в 14 наукових працях, з яких 6 статей – у фахових виданнях України (з них 1 – стаття у виданні, внесеному до міжнародної наукометричної бази), 5 публікацій апробаційного характеру та 3 публікації, які додатково відображають результати дослідження.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається з переліку умовних скорочень, вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний текст дисертації викладено на 217 сторінках, з яких 162 сторінки основного тексту, цифрові дані представлено у 29 таблицях та ілюстровано 15 рисунками. У роботі використано 221 джерело літератури, з них 41 – зарубіжних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність роботи, визначено об'єкт і предмет дослідження, сформульовано мету і завдання дисертації, представлено методи дослідження, розкрито наукову новизну й практичну значущість роботи, визначено особистий внесок дисертанта, вказано сферу апробації результатів дослідження та кількість публікацій автора.

У **першому розділі «Теоретичні і методичні засади організації фізичного виховання у старшій школі»** проаналізовано та узагальнено досвід вітчизняних та зарубіжних фахівців з питань організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнів старших класів.

Учені відзначають важливу роль періоду навчання у школі для формування всебічно розвиненої особистості, створення базових положень подальшого гармонійного розвитку. Проведені дослідження свідчать про тривожну тенденцію погіршення стану здоров'я дітей (О. Д. Дубогай, І. В. Поташнюк, М. Б. Пальчук та ін.). Аналіз даних спеціальної літератури дозволив виокремити наступні напрямки покращення здоров'я дітей шкільного віку: удосконалення програмно-нормативних основ фізичного виховання (М. В. Дутчак, Т. Ю. Круцевич, О. В. Тимошенко, С. В. Трачук та ін.); впровадження здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій (О. О. Безкопильний, О. Д. Дубогай, Л. П. Суценко, О. І. Шиян);

розробка новітніх освітніх та фізкультурно-оздоровчих технологій навчання (Н. В. Ковальова, Н. В. Москаленко).

Аналіз джерел літератури вказує на те, що засоби спортивного орієнтування мають значний оздоровчий ефект (О. В. Доценко, Н. А. Коломієць, С. А. Король, J. Baker, J. Graffham та ін.). Поєднання фізичної та інтелектуальної діяльності, що відбувається у природному середовищі, здійснює багатогранний позитивний вплив на формування фізичних, інтелектуальних та особистісних рис учнів (Ю. С. Воронов, М. П. Георгієва, С. О. Казанцев, Б. А. Слонов, W. David, E. Mleczo).

Старший шкільний вік відрізняється великою індивідуальною варіативністю рухів, індивідуальною специфікою їх формування та розвитку (В. І. Антонік, В. Г. Ареф'єв, О. Бар-Ор, М. М. Безруких). Тому на заняттях з фізичної культури рекомендується здійснювати диференційований та особистісно орієнтований підхід до навчання учнів за статевими та індивідуальними особливостями фізичного розвитку (О. Л. Благій, О. Д. Дубогай, І. Д. Глазирін, Ю. С. Костюк), а також з урахуванням їхніх потреб і мотивів, добирати і використовувати різноманітні засоби свого фізичного вдосконалення (А. О. Артюшенко, М. М. Саїнчук, Є. О. Федоренко, У. С. Шевців). Проведені поодинокі дослідження свідчать, що засоби спортивного орієнтування мають значний оздоровчий ефект. Поєднання фізичної та інтелектуальної діяльності, що відбувається у природному середовищі здійснює багатогранний позитивний вплив на формування фізичних, інтелектуальних та особистісних рис школярів (Я. П. Галан, Ч. А. Дажи, І. Б. Левченко, Б. А. Слонов), проте в спеціальній науково-методичній літературі недостатньо обґрунтовано методику навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи.

Тому проведення спеціальних досліджень, спрямованих на теоретичне обґрунтування, розробку та експериментальну перевірку методики навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання є актуальним.

У другому розділі «Науково-методичне обґрунтування методики навчання спортивного орієнтування учнів 10-11 класів у процесі фізичного виховання» описано та обґрунтовано методи дослідження; на основі аналізу мотиваційних пріоритетів, показників фізичного стану учнів старших класів обґрунтовано експериментальну методику навчання спортивного орієнтування.

З метою вивчення мотивації учнів старших класів до уроків фізичної культури було проведено опитування 108 учнів старших класів 54 дівчини, 54 хлопця. В результаті встановлено, що тільки 46,3 % дівчат та 70,4 % хлопців подобаються уроки фізичної культури у школі. При цьому, переважна більшість респондентів хотіла б займатися фізичною культурою на природі (40,7 % дівчата; 57,4 % хлопці), у місцях масового відпочинку (38,9 % дівчата; 44,4 % хлопці) та у фізкультурно-оздоровчих центрах (42,6 % дівчата; 37,0 % хлопці). Також виявлено, що велика кількість старшокласників (38,9 % дівчат та 42,6 % хлопців) вважають, що заняття фізичною культурою мають певну користь, проте тільки 29,6 % дівчат та 33,3 % хлопців вважають їх вкрай необхідними. Слід зазначити, що тільки 57,4 % дівчат та 66,7 % хлопців задоволені змістом програми з фізичної культури, що обумовлює відсутність інтересу старшокласників до таких уроків. На думку респондентів,

основними причинами незадоволеності учнів уроками фізичної культури є: одноманітність уроків; відсутність видів рухової активності, що подобаються; відсутність змагальної та ігрової діяльності, що визначає необхідність впровадження спортивно-орієнтованих варіативних модулів (рис.1).

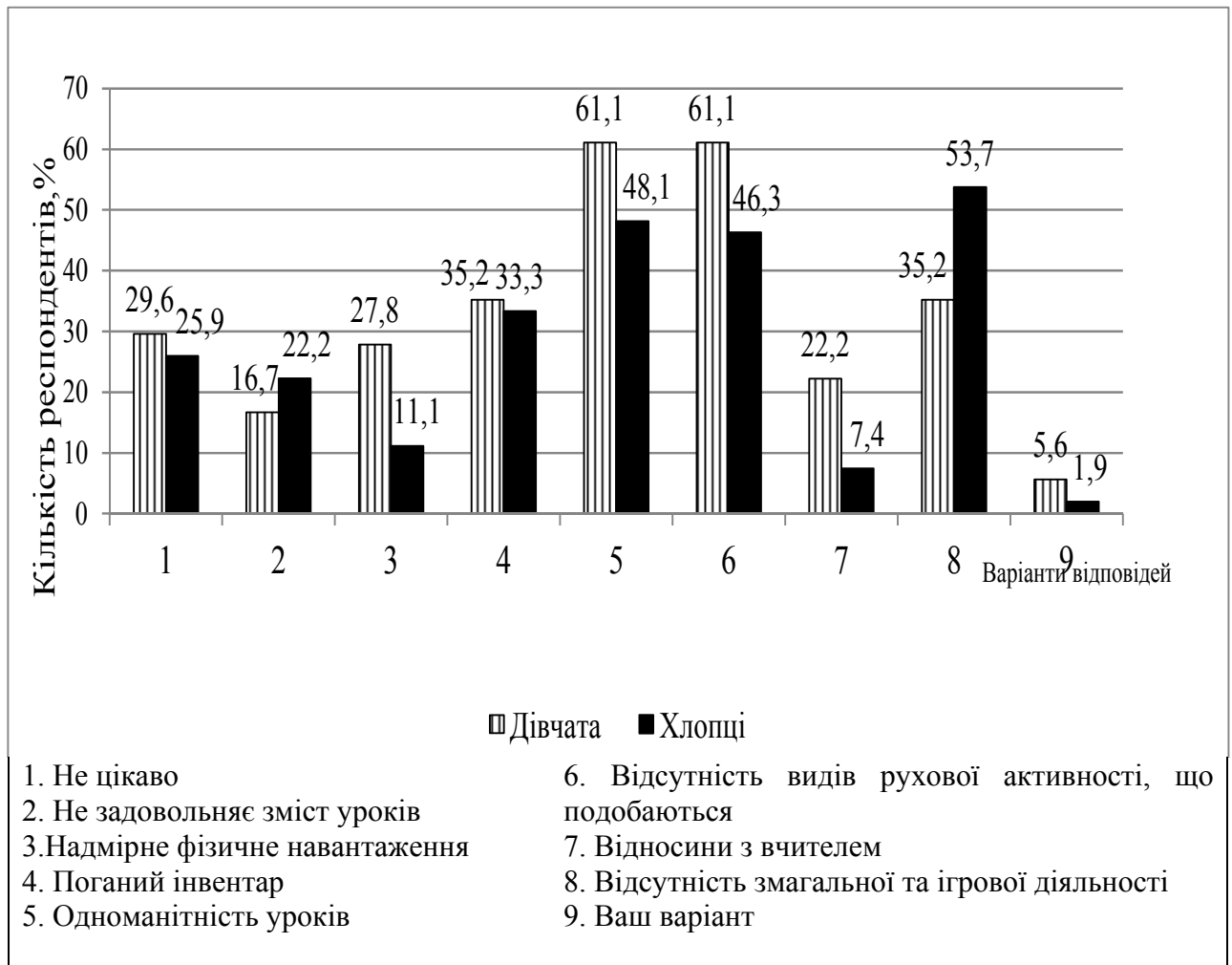


Рис. 1. Причини незадоволеності респондентів уроками фізичної культури

Крім цього, відмічено низькі показники широти, стійкості та сили мотивації старшокласників до уроків фізичної культури в школі (табл.1).

Таблиця 1

Мотивація учнів старших класів до уроків фізичної культури (n=108)

Показник мотивації	Значення показників, бали			
	Дівчата (n=54)		Хлопці (n=54)	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Широта	2,97	0,85	3,31	0,75
Сила	2,93	0,98	3,04	0,74
Стійкість	3,35	0,84	3,15	0,77

У процесі дослідження морфо-функціональних показників учнів старшої

школи виявлено, що характер розподілу середніх величин антропометричних та фізіологічних показників знаходився в межах вікових норм як у хлопців, так і в дівчат. Встановлено, що як у дівчат, так і у хлопців переважає середній та достатній рівень розвитку витривалості та силових якостей, а розвиток швидкості та координаційних здібностей відповідає низькому рівню. Середньогрупові значення статичної та динамічної координації знаходяться на незадовільному рівні, спостерігається і висока варіативність даних показників. Показники самопочуття, активності, настрою знаходилися в межах 3,8-5,1, що свідчить про їх невисокий рівень. В учнів старших класів переважав низький та нижче за середній рівні фізичного здоров'я, що підтверджує дані спеціальної літератури (О. Д. Дубогай, Т. Ю Круцевич, М. Б. Пальчук).

Результати констатувального експерименту були враховані при розробці методики навчання спортивного орієнтування.

Вирішення завдань фізичного виховання в умовах навчання у школі здійснюється в процесі уроків фізичної культури та позаурочних занять. Основною формою занять, що була використана для функціонування розробленої педагогічної моделі є урок.

Оптимальність у виборі засобів і методів навчання фізичним вправам учнів старшої школи обумовлена віковими особливостями фізичного і психологічного розвитку.

Ґрунтуючись на структурно-системному підході, запропонована модель управління навчально-виховним процесом учнів старших класів під час навчання спортивного орієнтування, яка є теоретично і практично створеною структурою, що відображає етапи та складові процесу навчання спортивного орієнтування учнів старших класів у схематизованій та наочній формі.

Особливостями розробленої педагогічної моделі є: власне педагогічна система компонентів ефективного управління процесом формування знань, умінь та навичок; системно-блочна інтерпретація складових навчально-виховного процесу; чітко визначені функції вчителя фізичної культури як суб'єкта управління процесом засвоєння рухових умінь; завершеність навчально-виховного процесу, що забезпечується наявністю прямих та зворотних зв'язків між його учасниками.

Метою управління навчально-виховним процесом учнів старших класів під час навчання спортивного орієнтування було сформувати уміння в учнів орієнтуватись на місцевості. У процесі навчання використовувались наступні засоби: фізичні вправи (спеціальні бігові вправи; спеціальні стрибкові вправи; вправи, спрямовані на розвиток окремих фізичних якостей (витривалість, швидкість, спритність, гнучкість та ін.)), вправи для окремих м'язових груп (для м'язів живота, спини, гомілки тощо); техніко-тактичні вправи (вправи для розвитку пам'яті, мислення, уваги; вправи, спрямовані на формування і удосконалення уміння читати карту; вправи, спрямовані на правильне орієнтування карти; вправи, спрямовані на раціональний вибір об'єктів (опорних орієнтирів); вправи, спрямовані на визначення відстані між об'єктами; вправи, спрямовані на оволодіння роботою з компасом та ін.), квести та загартувальні сили природи.

Крім цього, поєднання рухової діяльності разом з вирішенням логічних задач та різноманітних завдань сприяє формуванню міцних, ґрунтовних та системних

знань, умінь та навичок. Перевантаженість шкільної програми учнів старших класів навчальними предметами досить часто призводить до згасання інтересу дітей до навчально-виховного процесу. Тож, використання квестів виступає дієвим засобом активізації учнів і посилює інтерес до навчальної діяльності.

Вивчення технічних прийомів повинно відбуватися з використанням спеціально розроблених вправ. Вправи включені до методики, яка:

- відповідає етапу початкового навчання і підпорядковується основним принципам дидактики;
- враховує вікові та індивідуальні особливості учнів;
- включає комплекс спеціальних вправ підготовчого та підвідного характеру;
- супроводжується комплексом спеціальної мультимедійної програми, що забезпечує наочність при засвоєнні навчального матеріалу та профілактиці виникнення помилок.

Запропонована дослідженням методика навчання спортивного орієнтування включає наступні компоненти: мету і завдання навчання; мотивацію навчальної діяльності; тематичне планування; засоби і методи навчання; форми організації навчальної роботи. При реалізації методики враховувалися педагогічне керівництво навчальним процесом; безпечне матеріально-технічне забезпечення; контроль ходу навчального процесу.

Методика ґрунтується на загальних положеннях теорії управління з урахуванням специфічних особливостей фізичного виховання і являє собою ефективний педагогічний інструмент, за допомогою якого вчитель організовує навчальну діяльність дітей, що спрямована на засвоєння програмного матеріалу. Результати досліджень дали можливість встановити, що формування мотивації старшокласників (10-11 класи) до систематичних занять фізичними вправами є ефективним за певних умов. У першу чергу слід застосовувати групи методів виховання, що сприяють всебічному позитивному впливу на свідомість, почуття і волю учнів з метою формування в них впевненості в необхідності занять фізичними вправами (бесіда, розповідь, диспут, приклад тощо). Завдання і вправи, які виконуються під час заняття, повинні бути доступними і зрозумілими. Учні не лише мають виконати певне завдання, а мати чітке розуміння того, що роблять, і навіщо це потрібно. Саме ці заходи при правильному і цілеспрямованому підході спонукають учнів до свідомої організації діяльності та формуванню досвіду регулярних занять фізичними вправами не лише в навчальний, а й у позаурочний час. Крім цього, за рахунок залучення старшокласників у процес організації і проведення квестів та змагань зі спортивного орієнтування для учнів середньої і молодшої школи відмічається позитивний вплив на формування особистісних рис (відповідальність, дисциплінованість, впевненість тощо), що також стимулює учнів до ведення здорового способу життя.

Для ефективного засвоєння учнями старших класів фізичних та техніко-тактичних вправ використовувалися різноманітні методи фізичного виховання. У залежності від поставлених завдань та рівня теоретичної, фізичної та техніко-тактичної підготовленості учнів змінюється не лише методи, а й їх співвідношення у процесі навчання. Так, на первинних етапах у роботі з учнями старших класів на заняттях спортивним орієнтуванням при набутті теоретичних та практичних знань

переважають пояснення, демонстрація і показ. А в подальшому акцент зміщувався в сторону бесід та демонстрації, завдяки чому учні мали змогу проаналізувати, наочно побачити власні помилки та осмислено їх виправити.

У процесі оволодіння різноманітними вправами, що пов'язані зі специфікою спортивного орієнтування, та в залежності від складності запропонованого матеріалу, застосовували як цілісне розучування вправи (вправи для зміцнення м'язового корсету), розучування по частинах («біг по азимуту»), так і підготовчі вправи (складно координаційні, стрибкові тощо). Під час навчання спортивного орієнтування переважно використовувався цілісний метод вивчення з поступовим ускладненням завдання.

З метою більш ефективного засвоєння навчального матеріалу та збільшення моторної щільності заняття, теоретичний матеріал експериментальних занять, органічно поєднувався зі змістом практичної діяльності. Так, зокрема, вивчення та закріплення знань про умовні знаки спортивних карт поєднувався з різноманітними естафетами та виходом на місцевість. Окремі теоретичні дані подавалися у вигляді коротких повідомлень на початку уроку та, за необхідності, в інших частинах заняття. Гігієнічні вимоги до занять фізичними вправами викладалися у процесі їх вивчення. Техніка виконання фізичних вправ і правила безпеки життєдіяльності здійснювалися у процесі їх пояснення. Технічні та тактичні прийоми роботи з картою одразу відпрацьовувалися на практиці. Такий підхід дозволив уникнути формалізму в засвоєнні знань та сприяв їх швидкому засвоєнню.

Таким чином, методика реалізувалася в навчальному процесі за наступних педагогічних умов: раціонального планування навчального матеріалу з фізичного виховання; реалізації індивідуального підходу; комплексного підходу до діагностики індивідуального рівня показників фізичного стану та постійного контролю за їх рівнем; виявлення в учнів зацікавленості до спортивного орієнтування і наявності відповідної психологічно-соціальної мотивації; наявності підготовленого фахівця.

У третьому розділі роботи **«Визначення ефективності методики навчання спортивному орієнтуванню учнів старшої школи в процесі фізичного виховання»** викладено характеристику та зміст критеріїв оцінювання знань, розвитку рухових умінь та навичок дітей старшого шкільного віку під час занять спортивним орієнтуванням; розкрито результати перевірки ефективності впровадження методики навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання.

На основі проведеного дослідження розроблені критерії оцінювання навчальних досягнень учнів старшої школи (табл. 2).

Педагогічний контроль навчальних досягнень учнів 10-х – 11-х класів з спортивного орієнтування здійснювався шляхом інтегрального оцінювання спеціальної теоретичної, фізичної, технічної і тактичної підготовленості за критеріями сформованості окремих знань і умінь, яка дає змогу вчителю як якісно, так і кількісно оцінити навчальні досягнення учнів.

Орієнтовні навчальні нормативи для учнів 10-11-х класів

Клас	Навчальні нормативи		Рівень компетентності											
			Низький			Середній			Достатній			Високий		
			Б А Л И											
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
10	Складання тесту з теоретичних знань (кількість вірних відповідей)	Хл., дівч	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Визначення магнітного азимуту та відстані до об'єкту (правильних відповідей із дванадцяти)	Хл., дівч.	знає як	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	Біг по пересіченій місцевості з відміткою на контрольному пункті (КП) без врахування часу (м)	Хл.	до 1000	1300	1400	1500	1550	1600	1700	1800	1900	2000	2500	понад 2500
		Дівч.	до 800	800	900	1000	1050	1100	1200	1300	1400	1500	2000	понад 2000
	Проходження дистанції з орієнтування 50м – 5 КП, с.*	Хл.	>28,0	28,0	27,5	27,0	26,7	26,4	26,0	25,8	25,7	25,5	25,0	24,5
Дівч.		>29,5	29,5	29,0	28,5	28,2	27,9	27,5	27,3	27,2	27,0	26,5	26,0	
11	Складання тесту з теоретичних знань (кількість вірних відповідей)	Хл., дівч	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Визначення магнітного азимуту та відстані до об'єкту (правильних відповідей із дванадцяти)	Хл., дівч.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Біг по пересіченій місцевості з відміткою на контрольному пункті (КП) без врахування часу (м)	Хл.	до 1000	1300	1400	1500	1550	1600	2500	2650	2800	3000	3500	понад 3500
		Дівч.	до 800	800	900	1000	1150	1300	1500	1650	1800	2000	2500	понад 2500
	Проходження дистанції з орієнтування 50м – 5 КП, с.*	Хл.	>27,0	27,0	26,5	26,0	25,8	25,7	25,5	25,0	24,5	24,0	23,7	23,5
Дівч.		>28,5	28,5	28,0	27,5	27,3	27,2	27,0	26,5	26,0	25,5	25,0	24,5	

Ефективність застосування засобів спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів визначалася шляхом порівняння динаміки показників фізичного стану учнів експериментальної групи та контрольної групи наприкінці педагогічного експерименту.

До контрольної групи були включені учні, які займалися за загальноприйнятою методикою навчання спортивного орієнтування (56 учнів, з них 14 дівчат та 13 хлопців 10 класу; 14 дівчат та 15 хлопців 11 класу). До другої групи (експериментальної) входили учні, які займалися за запропонованою експериментальною методикою (52 учні, з них 13 дівчат та 12 хлопців 10 класу; 13 дівчат та 14 хлопців 11 класу).

Отримані в ході формульовального експерименту результати свідчать про ефективність запропонованої нами методики навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи. Так, в учнів експериментальної групи спостерігалися достовірно вищі, ніж у контрольній групі, показники ЖЄЛ, приріст даного показника у хлопців 10-го класу експериментальної групи наприкінці педагогічного експерименту склав 900,0 мл. (31 %, $p < 0,01$), а у хлопців контрольної групи – лише 6,9 %. Протягом педагогічного експерименту приріст ЖЄЛ у дівчат 10-го класу експериментальної групи становив 29,2 %, $p < 0,01$; а в дівчат контрольної групи даний показник збільшився лише на 4,3 %. У кінці педагогічного експерименту нами виявлено значне покращення реакції серцево-судинної системи на динамічне навантаження у дівчат та хлопців експериментальної групи, що відобразалося у зниженні середньостатистичних результатів індексу Руф'є.

Було встановлено, що після проведеного формульовального експерименту в учнів експериментальної групи достовірно ($p < 0,05$) вищі середньостатистичні результати проби Ромберга; проби Яроцького; у тесті «біг 1500 м» ($p < 0,01$); «біг 100 м» ($p < 0,05$); у хлопців експериментальної групи відбулося також достовірне покращення результату з «човникового бігу 4x9 м» ($p < 0,05$). При цьому ефективність розробленої методики підтверджено достовірним підвищенням швидкості СЗМР, обсягу переробленої інформації, про що свідчить статистично значуще покращення розумової працездатності у старшокласників експериментальної групи ($p < 0,01$). Крім цього, було встановлено статистично значуще ($p < 0,01$) покращення в учнів експериментальної групи показників: обсягу короткострокової пам'яті та швидкості переробки інформації. А також спостерігалось статистично значуще покращення показників самопочуття, активності, настрою в учнів експериментальної групи та тенденції до покращення в учнів контрольної групи. Відмічено статистично значуще покращення показників широти, стійкості та сили мотивації учнів старших класів експериментальної групи до уроків фізичної культури в школі.

Встановлено, що включення до навчально-виховного процесу загальноосвітньої школи занять спортивним орієнтуванням дозволяє вирішувати цілий ряд актуальних для сучасної вітчизняної школи питань: підвищення рівня розвитку фізичних якостей; цілеспрямоване удосконалення психофізіологічних показників (пам'ять, увага, мислення); слугує ефективним засобом покращення психоемоційного стану; формування і підтримки належного фізичного здоров'я учнів.

ВИСНОВКИ

Результати проведеного теоретичного й експериментального дослідження підтвердили правомірність висунутих положень, засвідчили ефективність розв'язання поставлених завдань і дали підстави для формулювання наступних висновків:

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про важливу роль періоду навчання у школі для формування всебічно розвиненої особистості, створення базових положень подальшого гармонійного розвитку. Однак, як зазначають проведені дослідження, спостерігається тривожна тенденція погіршення стану здоров'я дітей, кожного року збільшується кількість дітей, які мають відхилення у стані здоров'я. На думку дослідників вирішення цих проблем пов'язане з необхідністю удосконалення сучасної системи фізичного виховання. При цьому виявлено, що спортивне орієнтування, як варіативний компонент, на відміну від багатьох інших видів спорту, відкриває широкі можливості для діяльності вчителів та учнів. Доступність і ефективність використання спортивного орієнтування в організації та проведенні занять зі старшокласниками на уроках фізичної культури дозволяє вирішувати проблемні питання, характерні для сучасної школи.

2. Виявлено, що переважна більшість учнів лише частково задоволені змістом програми з фізичної культури, що обумовлює відсутність інтересу старшокласників до уроків з фізичної культури. Основними причинами незадоволеності учнів уроками фізичної культури є: одноманітність уроків (61,1 % дівчат; 48,1 % хлопців); відсутність видів рухової активності, що подобаються (61,1 % дівчат; 46,3 % хлопців); відсутність змагальної та ігрової діяльності 35,2 % дівчат; 53,7 % хлопців), що визначає необхідність впровадження спортивно-орієнтованих варіативних модулів. На думку респондентів для покращення уроків з фізичної культури необхідно урізноманітнити зміст уроків (66,7 % дівчат та 61,1 % хлопців відповідно); використовувати елементи ігрової діяльності (61,1 % дівчат, 70,4 % хлопців); проводити більше уроків на свіжому повітрі (64,8 % дівчат, 66,7 % хлопців).

3. У ході дослідження морфо-функціональних показників учнів старших класів, було отримано середні значення, характер розподілу яких знаходився в межах вікових норм як у хлопців, так і у дівчат. Відмічено, що у дівчат та хлопців переважає середній рівень фізичного здоров'я, у дівчат майже у 3 рази нижчий відсоток осіб, які мали високий рівень у порівнянні з хлопцями. Дослідження рівня фізичної працездатності старшокласників свідчить, що у переважній більшості учнів спостерігався задовільний рівень. Середньостатистичні показники фізичної підготовленості у дівчат і хлопців знаходилися на рівні нижче середнього та низькому. У дівчат відмічено середньостатистичний результат обсягу переробки інформації вищий ніж у хлопців. Показники самопочуття, активності та настрою у хлопців та дівчат заходилися в межах 3,8–5,1 балів.

4. Визначено критерії оцінки навчання рухових умінь, що склали основу системи педагогічного контролю навчальних досягнень учнів старшої школи. Представлена 12-ти бальна шкала оцінювання дає можливість кількісно оцінити рівень засвоєння матеріалу, а також здійснити якісну оцінку навчальних досягнень

під час занять спортивним орієнтуванням. Створені критерії оцінювання дозволяють доповнити та удосконалити шкільну програму з фізичної культури для учнів старших класів загальноосвітніх навчальних закладів.

5. Методика навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи на уроках фізичної культури передбачала підбір методів і засобів навчання з урахуванням вікових особливостей розвитку організму старшокласників та рівня фізичної підготовленості учнів старшої школи. Запропонована методика навчання спортивного орієнтування включає мету і завдання навчання, мотивацію навчальної діяльності, тематичне планування, контроль і управління навчально-виховним процесом. Методика реалізується в навчальному процесі при дотриманні наступних педагогічних умов: раціонального планування навчального матеріалу з фізичного виховання; реалізації індивідуального підходу; комплексного підходу до діагностики індивідуальних показників фізичного стану та постійного контролю за їх рівнем; виявлення в учнів зацікавленості до спортивного орієнтування і наявності відповідної психологічно-соціальної мотивації; присутності підготовленого фахівця.

6. Розроблено модель управління навчально-виховним процесом учнів старших класів під час навчання спортивного орієнтування на уроках фізичної культури, яка розкриває суть і складові навчально-виховного процесу та представляє собою багатокомпонентну динамічну систему, демонструє взаємозв'язок між структурними компонентами та процесом засвоєння знань, умінь і навичок учнів, а також чітко визначає роль вчителя фізичної культури та дозволяє йому усвідомити ступінь педагогічного впливу.

7. Експериментальна методика навчання спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старшої школи сприяла суттєвому підвищенню показників фізичного та психоемоційного стану як у дівчат, так і в хлопців. Встановлено, що в кінці формувального експерименту в учнів експериментальної групи статистично значуще підвищився життєвий індекс ($p < 0,01$). Було виявлено значне покращення реакції серцево-судинної системи на динамічне навантаження у дівчат та хлопців експериментальної групи, що відобразалося у зниженні середньостатистичних результатів індексу Руф'є. Спостерігалось статистично значуще покращення результатів у пробах Ромберга та Яроцького ($p < 0,01$). Спостерігалось статистично значуще покращення показників пам'яті, уваги, мислення. Відмічена позитивна динаміка показників широти, стійкості та сили мотивації старшокласників до уроків фізичної культури в школі.

Отримані в ході формувального експерименту результати свідчать про позитивний вплив уроків фізичної культури з елементами спортивного орієнтування на показники фізичної підготовленості та фізичного здоров'я учнів старших класів.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів удосконалення методики організації уроків фізичної культури в загальноосвітній школі з використанням елементів спортивного орієнтування. Воно розкриває перспективи для подальшого пошуку шляхів підвищення ефективності процесу фізичного виховання учнів старших класів та вказує на необхідність дослідження умов підготовки майбутніх вчителів до використання елементів спортивного орієнтування в процесі навчання.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації

1. Березовський В. А. Тактична підготовленість та розробка моделей тактичних дій в спортивному орієнтуванні / В. А. Березовський // Наукові записки : збірник наукових статей Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова / укл. П. В. Дмитренко, О. Л. Макаренко. – Київ : Вид-во НПУ, 2001. – Вип. 40. – С. 47-50.

2. Березовський В. А. Використання елементів орієнтування на місцевості в рекреації населення / О. В. Андрєєва, В. А. Березовський, О. Л. Благій. // Гуманітарний вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Г. Сковороди. - Переяслав-Хмельницький, 2004. - С. 278-281.

3. Березовський В. А. Спортивне орієнтування як варіативний компонент програми з фізичної культури для учнів старшої школи / В. А. Березовський // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури : зб. наук. праць. – Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – С. 54-56.

4. Березовський В. А. Ефективність застосування засобів спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів / В. А. Березовський // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : М. С. Солопчук (відп. ред.) та ін.]. – Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2016. – Випуск 9. – С. 63-72.

5. Березовський В. А. Навчання спортивному орієнтуванню на уроках фізичної культури в 10-11 класах / В. А. Березовський // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Вип. 139. Т. I / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка ; (Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт) ; голов. ред. Носко М. О. – Чернігів : ЧНПУ, 2016. – С. 22-24.

6. Березовський В. А. Вплив уроків фізичної культури з елементами спортивного орієнтування на показники фізичної підготовленості та соматичного здоров'я учнів старших класів / В. А. Березовський // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі. – Запоріжжя : КПУ, 2016. – Вип. 48 (101). – С. 264-269.

Опубліковані праці апробаційного характеру

7. Березовский В. А. Спортивное ориентирование как средство адаптивного физического воспитания глухих и слабослышащих // Олімпійський спорт і спорт для всіх / В. А. Березовский, А. В. Подгаецкий // Тези доповідей IX Міжнародного наукового конгресу. - Київ : Олімпійська література, 2005. - С. 543.

8. Березовський В. А. Теоретичні засади використання засобів спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання школярів / В. А. Березовський // Молодь та олімпійський рух : зб. тез доповідей VIII Міжн. наук. конф., 10-11 вересня 2015 року. – Київ, 2015. – С. 287-289.

9. Березовський В. А. Особливості когнітивних функцій учнів старшої школи / В. А. Березовський // Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту : матеріали наук.-практ. конференції (Чернівці, 6-7 квітня 2016 р.) / за ред. Я. Б. Зоря. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2016. – С. 303-305.

10. Березовський В. А. Характеристика фізичного розвитку та функціонального стану кардіо-респіраторної системи учнів старших класів / В. А. Березовський // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Львів : ЛДУФК, 2016. – С. 106-110.

11. Березовський В. А. Спортивне орієнтування як засіб формування всебічно розвиненої особистості школяра [Електронний ресурс] / В. А. Березовський // Молодь та олімпійський рух : зб. тез доповідей IX Міжн. наук. конф., 12-13 жовтня 2016 року. – Київ, 2016. – С. 183-185. – Режим доступу: <http://unisport.edu.ua/naukova-robota/naukovi-konferentsiji-seminari.html>

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

12. Березовський В. А. Програма дисципліни «Організація і методика туризму» / В. А. Березовський // Навчально-методичний комплекс з напрямку підготовки 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, зі спеціальності 6.010201 Фізичне виховання / За заг. ед. О. В. Тимошенка. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. - С. 182-191.

13. Березовський В. А. Програма інтегрованого курсу «Теорія і методика викладання спортивно-оздоровчого туризму» / В. А. Березовський // Навчально-методичний комплекс з напрямку підготовки 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини, зі спеціальності 6.010201 Фізичне виховання / за заг. ред. О. В. Тимошенка – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. - С. 255-277.

14. Березовський В. А. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (10-11 класи). Варіативний модуль. Спортивне орієнтування / В. А. Березовський. - Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. - 10 с.

АНОТАЦІЇ

Березовський В. А. Методика навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2017.

Дисертаційну роботу присвячено теоретичному обґрунтуванню, розробці та експериментальній перевірці методики навчання спортивного орієнтування учнів старшої школи в процесі фізичного виховання. Досліджено мотиваційні пріоритети, показники фізичного стану учнів старших класів. Визначено критерії оцінки навчальних досягнень з фізичної культури учнів старшої школи в процесі вивчення спортивного орієнтування. Розроблено та експериментально перевірено методику навчання спортивного орієнтування в процесі фізичного виховання учнів старших класів.

Ключові слова: спортивне орієнтування, методика навчання, фізичне виховання, варіативний модуль, учні старшої школи.

Березовский В. А. Методика обучения спортивному ориентированию учащихся старшей школы в процессе физического воспитания. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова, Киев, 2017.

Диссертационная работа посвящена теоретическому обоснованию, разработке и экспериментальной проверке методики обучения спортивному ориентированию учащихся старших классов в процессе физического воспитания.

Исследованы мотивационные приоритеты, показатели физического состояния учащихся старших классов. Выявлено, что подавляющее большинство учащихся лишь частично удовлетворены содержанием программы по физической культуре, что обуславливает отсутствие интереса старшеклассников к урокам физической культуры.

В ходе исследования морфо-функциональных показателей учащихся старших классов, установлено, что у девушек и юношей преобладает средний уровень физического здоровья, у девушек почти в 3 раза ниже процент лиц, имеющих высокий уровень по сравнению с юношами. У подавляющего большинства учащихся установлен удовлетворительный уровень физической работоспособности.

Определены критерии оценки учебных достижений по физической культуре для учащихся старших классов в процессе изучения спортивного ориентирования, составившие основу системы педагогического контроля знаний учащихся старшей школы. Представленная 12-ти балльная шкала оценивания дает возможность количественно оценить уровень усвоения материала, а также осуществить качественную оценку учебных достижений во время занятий спортивным ориентированием. Разработанные критерии оценки позволяют дополнить и усовершенствовать школьную программу по физической культуре для учащихся старших классов общеобразовательных учебных заведений.

Разработанная и экспериментально проверенная методика обучения спортивному ориентированию учащихся старших классов на уроках физической культуры предусматривает подбор методов и средств обучения с учетом возрастных особенностей развития организма старшеклассников и уровня физической подготовленности учащихся; цели и задачи обучения, мотивацию учебной деятельности, тематическое планирование, контроль и управление учебно-воспитательным процессом. Методика реализуется в учебном процессе при соблюдении следующих педагогических условий: рационального планирования учебного материала по физическому воспитанию; реализации индивидуального подхода; комплексного подхода к диагностике индивидуальных показателей физического состояния и постоянного контроля их уровня; выявление у учащихся интереса к спортивному ориентированию и наличие соответствующей психолого-социальной мотивации; присутствие подготовленного специалиста.

Разработана модель управления учебно-воспитательным процессом учащихся старших классов при обучении спортивному ориентированию на уроках физической

культуры, которая раскрывает суть и составляющие учебно-воспитательного процесса и представляет собой многокомпонентную динамическую систему, демонстрирует взаимосвязь между структурными компонентами и процессом усвоения знаний, умений и навыков учащихся, а также четко определяет роль учителя физической культуры и позволяет ему осознать степень педагогического воздействия.

Полученные в ходе формирующего эксперимента результаты свидетельствуют о положительном влиянии уроков физической культуры с элементами спортивного ориентирования на показатели физической подготовленности и соматического здоровья учащихся старших классов.

На основе полученных данных разработан вариативный модуль «Спортивное ориентирование», который рекомендован в установленном порядке Министерством образования и науки Украины для использования в 10-11 классах на уроках физической культуры.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, методика обучения, физическое воспитание, вариативный модуль, учащиеся старшей школы.

Berezovskyi V.A. Methods of teaching orienteering of higher forms students in the process of physical education. – With the rights of a manuscript.

Dissertation for the competition of the academic degree of candidate of pedagogical sciences in speciality 13.00.02 – theory and methods of teaching (physical culture, basics of health). –National Pedagogical Dragomanov University. – Kyiv, 2017.

The thesis is devoted to theoretical substantiation, development and experimental verification of methodology of teaching orienteering of students of higher forms in the process of physical education. Motivational priorities, rates of physical state of students of higher forms were studied. The criteria of evaluation of educational achievements in physical training of 10-11th forms students in the process of study of orienteering were determined. Methods of teaching orienteering of 10-11th forms students during physical education have been developed and tested.

Keywords: orienteering, methods of teaching, physical education, variable module, 10-11th forms students



Підписано до друку 18.04.2017 р. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times.
Наклад 100 пр. Зам. № 118
Віддруковано з оригіналів.

Видавництво Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9
Свідоцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.
(044) 239-30-26.