

# ОЦІНЮВАННЯ ГРАМОТНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ: ОСНОВНІ ПІДХОДИ ТА ІНСТРУМЕНТИ

Юлія ПАВЛОВА

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, Львів, Україна

# ASSESSMENT OF PHYSICAL LITERACY OF SCHOOL-AGE CHILDREN: BASIC APPROACHES AND TOOLS

Iuliia PAVLOVA

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, Lviv, Ukraine

**Анотація.** Поняття грамотності змінювалося на різних етапах розвитку суспільства та разом із підвищенням його культурних запитів. На сьогодні це поняття є поліморфним, складним за структурою та динамічним з погляду розвитку, зважаючи на постійні уточнення, що враховують виклики та запити сьогодення.

**Метою** дослідження був аналіз підходів та розроблених на їхній основі інструментів / методик, що дають змогу цілісно оцінити грамотність у фізичній культурі дітей шкільного віку.

Розглянуто та проаналізовано відомі інструменти для оцінювання грамотності у фізичній культурі шкільної молоді – «Паспорт для життя» (PHE Canada – Passport for Life), «PLAY» (Canadian Sport for Life – Physical Literacy Assessment for Youth Tools), 60-хвилинний інструмент для оцінювання основних рухових навичок (60 Min Kids Club Fundamental Movement Skills Assessment Tool), «Канадське оцінювання грамотності у фізичній культурі» (Canadian Assessment of Physical literacy, CAPL). Показано, що

**Abstract.** The concept of literacy has changed at different stages of society. With the increase of cultural demands of society, nowadays, this concept is polymorphic, complex in structure, and dynamic in terms of development, given the constant refinements that consider today's challenges and demands.

The study **aimed** to analyze the approaches and tools/techniques developed on their basis, which allow us to assess school-age children's physical literacy holistically.

Well-known tools for assessing the physical literacy of schoolchildren were considered and analyzed: PHE Canada – Passport for Life, PLAY (Canadian Sport for Life – Physical Literacy Assessment for Youth Tools), 60 Min Kids Club Fundamental Movement Skills Assessment Tool, Canadian Assessment of Physical Literacy (CAPL). It was shown that the Passport for Life involves assessing the literacy of children of both primary and secondary school age in four components – active participation, life skills, physical fitness, and motor skills. The tool PLAY involves assessing motor skills, level of knowledge and skills, physical competence,

«Паспорт для життя» передбачає оцінювання грамотності дітей як молодшого, так і старшого шкільного віку за чотири компонентами: активна участь, життєві навички, фізична підготовленість та рухові навички. Інструмент «PLAY» дозволяє оцінити рухові навички, рівень знань та сформовані навички, фізичну компонентність і впевненості респондента; під час педагогічного тестування рекомендовано використовувати такі вправи: біг, стрибки, кидок м'яча з витягнутої руки, вправи з м'ячем, ходьбу по лінії. Описано можливості інструмента в урахуванні віку, рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я школяра.

Розглянуто структуру та видозміни методики CAPL, можливості інструмента для отримання як комплексної оцінки грамотності у фізичній культурі, так і окремих даних, що характеризують рівень фізичної підготовленості, моторної поведінки, поведінкових аспектів рухової активності, психосоціальних та когнітивних чинників.

Установлено, що кожен із цих інструментів призначено для осіб шкільного віку, враховано не лише рівень фізичної активності чи фізичну підготовленість дитини, але й рівень знань, поведінку в різних середовищах. Таке комплексне оцінювання рівня грамотності у фізичній культурі дає змогу визначити чинники, що перешкоджають або сприяють фізичній активності.

**Ключові слова:** грамотність, фізична культура, школярі, методи.

and confidence of the respondent; during pedagogical testing, it is recommended to use the following exercises: running, jumping, throwing the ball, exercises with the ball, walking on the line. The possibilities of the tool in taking into account the age, level of physical fitness, and state of health of the participant were shown.

The structure and modifications of the CAPL methodology, the possibilities of the tool for obtaining a comprehensive assessment of physical literacy, and separate data characterizing the level of physical fitness, motor behavior, behavioral aspects of motor activity, psychosocial and cognitive factors were considered.

It was established that each of these tools was designed for school-age people, taking into account the level of physical activity or physical fitness of the child and the level of knowledge and behavior in different environments. Such a comprehensive assessment of the level of physical literacy provides an understanding of the factors that hinder or increase physical activity.

**Keywords:** literacy, physical education, students, methods.

**Вступ.** Грамотність – це комплексний феномен, який охоплює базові когнітивні уміння, процеси їх набуття та подальші шляхи застосування, що сприяють соціальному та економічному прогресові, розвитку самосвідомості індивіда, критичному осмисленню дійсності та є підґрунтям для особистих та соціокультурних змін.

Початково термін «грамотність» розуміли насамперед як уміння людини читати та писати. Ця ідея була базовою у всіх початкових визначеннях, натомість, наприклад, уміння рахувати вважали лише додатковим, проте не основним елемен-

том. На сьогодні грамотність визначають та інтерпретують по-різному, а способи окреслення цього феномену змінювалися під впливом різних наукових досліджень, національних пріоритетів та політичних рішень [1]. У другій половині ХХ ст. більше уваги було зосереджено на прикладних аспектах, на використанні різних навичок. Відповідно у 1960–1970 рр. з'являється поняття «функціональна грамотність», що пов'язує грамотність із продуктивністю та соціально-економічним розвитком [2, 3]. У 1980–1990 рр. у визначеннях грамотності було відображено явища, як-от глобалізація, нові технології тощо, а країни з високими

показниками рівня грамотності дорослих роблять перші спроби оцінити зв'язок між грамотністю та ринком праці, вплив цього феномену на розвиток суспільства.

У сучасних тлумаченнях грамотність аналізують у різному контексті [1], зокрема як (1) автономну сукупність певних навичок, (2) набутий практичний досвід або як (3) навчальний процес. Визначальним у розумінні грамотності є те, як її використовують і практикують у різних соціальних і культурних контекстах, а відповідно грамотність вивчають з урахуванням конкретних соціально-культурних умов.

У XXI ст. набуває розвитку концепція множинної грамотності, основну увагу зосереджено на навичках, які пов'язані з динамічним життям у суспільстві, а саме поняття «грамотність» об'єднує різні навички, що стосуються технологічного, інформаційного, медійного, візуального та інших контекстів: культурна грамотність, медіаграмотність, інформаційна грамотність, кроскультурна грамотність, екологічна грамотність, фінансова грамотність тощо [4–7].

У грамотності виокремлюють чотири ключові компоненти: (1) знання та розуміння (розуміння змісту та його осмислення); (2) мислення (використання навичок критичного та творчого мислення); (3) зв'язок (передавання інформації); (4) застосування (використання знань і навичок для встановлення зв'язків) [1].

Поняття грамотності змінювалося на різних етапах розвитку суспільства та разом із підвищенням його культурних запитів. Сьогодні це поняття є поліморфним, складним за структурою та динамічним із поглядом на розвиток, зважаючи на постійні уточнення, що враховують виклики та запити сьогодення. Поняття грамотності більше не вважають уміннями, якими оволодіває індивід на початковому етапі навчання, грамотність вивчають з різних поглядів. У теперішньому інформаційному суспільстві грамотністю вважають не тільки знання в певній галузі, але і їх розуміння та осмислення в певному контексті, уміння використовувати на практиці.

Уперше термін «грамотність у фізичній культурі» (physical literacy) вжито в науковій літературі 90-х років XX століття [8].

Подальшим розвитком та впровадженням цього поняття займалася британська професорка Маргарет Уайтхед [9, 10], яка на сьогодні є провідним експертом з цих питань. На її думку, особа, що є грамотною у фізичній культурі, готова до руху в різних ситуаціях, зокрема тих, для яких потрібні фізичні зусилля; здатна «зчитувати» усі аспекти зовнішнього середовища, передбачати потребу в русі, аналізувати наявні можливості та відповідно реагувати на них, використовуючи власний інтелект та уяву. На сьогодні грамотність у фізичній культурі передбачає не лише виконання рухових дій, але й високий рівень мотивації, творчий підхід до діяльності, тісну взаємодію з довкіллям та соціумом [11, 12]. Завдяки поняттю «грамотність у фізичній культурі» можемо ліпше зрозуміти й охарактеризувати цінність фізичної активності для певного індивіда, подолати спрощене розуміння занять фізичною активністю як засобу для досягнення іншої мети, охарактеризувати завдання та роль фізичного виховання у шкільних програмах, спростувати уявлення про фізичне виховання лише як не обов'язкову складову частину навчальної програми рекреаційного характеру, обґрунтувати важливість фізичної активності для усіх, а не лише для тих, хто має здібності до цього, наголосити на важливості рухової активності впродовж життя [13]. Оскільки новітні підходи враховують соціальний та культурний контексти існування людини та містять неодмінні складники, як-от мотивацію, якість життя, уяву та самооцінку [14], актуальним є напрацювання валідних і дієвих інструментів та методик для комплексного оцінювання грамотності у фізичній культурі. Відповідно **метою** нашого дослідження був аналіз підходів та розроблених на їхній основі інструментів / методик, що дають змогу цілісно оцінити грамотність у фізичній культурі дітей шкільного віку.

**Матеріали і методи дослідження.** Для досягнення мети використано теоретичні методи дослідження, зокрема здійснено аналіз і синтез наукових літературних джерел. Пошук даних проведено в базі статей «PubMed» Національного центру біотехнологічної інформації США (NCBI), для пошуку документальних даних (протоколів, реко-

мендацій) використано пошукову систему «Google Scholar». Проаналізовано повнотекстові статті, що стосуються грамотності у фізичній культурі молоді шкільного віку, особливостей оцінювання, зокрема увагу зосереджено на наявних протоколах та методиках. Пошук було здійснено за ключовими словами: «physical literacy», «children / child», «assessment», «evaluation», «physical activity», також використано булеві логічні оператори «and» і «or». Проаналізовано опубліковані наукові праці і протоколи. Під час аналізу та відбору публікацій використано загальні принципи схеми «PRISMA».

**Результати дослідження.** Грамотність у фізичній культурі не можна вважати станом, який вдасться досягнути і зберегти на стабільному рівні впродовж життя. Більш доречним є порівняння з мандрівкою, яка триває усе життя [9]. Відповідно грамотність у фізичній культурі є унікальною для кожної людини, а сама подорож може дещо змінюватися, мати несподівані повороти, зокрема невдачі. Мандрівці іноді перешкоджають різні життєві обставини, деколи вона не залежить від волі чи бажання індивіда, інколи важко впливати на неї. Також ця подорож може набувати нових значень, змінюватися на краще під впливом інших людей. Відповідно грамотність у фізичній культурі охоплює не тільки фізичне виховання впродовж шкільних років, воно стосується активності людини протягом життя. У концепції грамотності у фізичній культурі ключову роль відіграють мотивація та впевненість. Незважаючи на те, що мотивація та впевненість підвищуються в разі зростання рівня фізичної підготовленості чи навіть оволодіння руховою дією, високий рівень фізичної підготовленості не можна ототожнювати з рівнем грамотності. Так, оволодіння руховою навичкою не обов'язково посилить бажання займатися фізичною активністю, натомість саме позитивні емоції під час активності слугуватимуть стимулом для подальшої участі.

Грамотність у фізичній культурі стосується не лише шкільної освіти [15], важливе значення для її розвитку мають батьки, опікуни, члени сім'ї, тренери, однолітки, фахівці фізичної рекреації, роботодавці,

лікарі тощо. Учителі фізичного виховання відіграють ключову роль, оскільки це єдині кваліфіковані фахівці, які працюватимуть із кожною молодою людиною.

Інструменти для оцінювання грамотності у фізичній культурі використовують для виконання як наукових, так і практичних завдань, зокрема, щоб краще визначити відмінності у розумінні цього поняття різними групами населення, для відслідковування як прогресу певного індивіда, так і рівня грамотності певної групи, розуміння запитів населення, формування кількісної оцінки для програм / рішень, оцінювання ефективності навчальних програм із фізичного виховання, виявлення ефективних практик та освітніх програм [11, 16, 17]. Водночас варто також урахувати, що метою оцінювання грамотності у фізичній культурі є не формальна оцінка за урок фізичного виховання або визначення рівня успішності учня, це радше своєрідний дорожовказ для визначення короткострокових і довгострокових завдань, допомога у зміні ставлення до рухової активності, у підвищенні вмотивованості до занять фізичною культурою та спортом.

Серед найбільш відомих інструментів для оцінювання грамотності у фізичній культурі шкільної молоді слід згадати «Паспорт для життя» (PHE Canada – Passport for Life) [18, 19], «PLAY» (Canadian Sport for Life – Physical Literacy Assessment for Youth Tools) [20], 60-хвилинний інструмент для оцінювання основних рухових навичок (60 Min Kids Club Fundamental Movement Skills Assessment Tool) [18], «Канадське оцінювання грамотності у фізичній культурі» (Canadian Assessment of Physical literacy, CAPL) [21–23]. Спробуємо детально охарактеризувати кожен із цих інструментів та оцінити їхні переваги.

«Паспорт для життя» дає змогу оцінити грамотність дітей як молодшого, так і старшого шкільного віку за такими компонентами: активна участь, життєві навички, фізична підготовленість та рухові навички.

Домен «Активна участь» передбачає самооцінювання учнем різноманітності та частоти фізичних навантажень. Інтерпретування даних цього домену проводять з урахуванням підходів Канадського товариства фізіології фізичних вправ (Canadian



Society for Exercise Physiology), яке рекомендує щонайменше 60 хвилин щоденних занять фізичними вправами значної та помірної інтенсивності [24]. Цей домен є важливою структурною частиною грамотності у фізичному вихованні, оскільки саме активна участь у руховій активності допомагає поліпшити самопочуття, рухові навички, фізичне та психічне здоров'я. Можна прогнозувати, що рухові навички поліпшаться, якщо респондент регулярно братиме участь у спеціально організованій фізичній активності, зокрема відвідуватиме заняття з фізичної культури, займатиметься командними / індивідуальними видами спорту тощо. Передбачено, що цей домен дає змогу проаналізувати рухову активність школяра впродовж усього календарного року і незалежно від пори року. Водночас вибір учня залежатиме від місця його проживання, кліматичних умов, цінностей та можливостей дитини.

Домен «Життєві навички» оцінюють за допомогою спеціальної анкети, що також допомагає проаналізувати рівень упевненості й компетентності, ставлення до фізичної культури, відповідні знання і вміння, що в сукупності дає змогу дитині обирати здоровий спосіб життя, використовувати уміння та навички, що є корисними для неї та оточення.

Фізичну підготовленість і рухові навички вивчають за допомогою оцінювання успішності виконання різних завдань. Фізичну підготовленість аналізують за кардіореспіраторною витривалістю, силовими навичками та рівновагою; вивчення рухових навичок передбачає оцінювання комбінованих локомоцій, рухів нижньої та верхньої кінцівки.

Методика допомагає ліпше зрозуміти, до яких видів рухової активності школяр залучений сьогодні, які його можливі зацікавлення. Цей інструмент має власну онлайн-платформу для введення та зберігання даних учнів, є змога отримати індивідуальний результат у зручній та дружній для користувача формі (паспорт учня). Учитель може вводити дані як учня, так і класу та керувати ними, отримує доступ до спеціального довідника, що містить інформацію про методику оцінювання, детальні вказівки

щодо проведення дослідження та інтерпретації результатів, загальних програм зі здоров'язбереження та фізичного виховання, інформацію щодо того, як підвищити рівень грамотності, формувати мету та підвищувати мотивацію учнів. За умови участі в дослідженні учень отримує персональний профіль на онлайн-платформі, доступ до своїх результатів, а також рекомендації, як їх надалі можна поліпшити. Загалом рівень сформованості навичок оцінюють із використанням 4-рівневої шкали: «Emerging» (навичка з'явилася), «Developing» (навичка розвивається), «Acquired» (навичка набута), «Accomplished» (навичка повністю сформована). «Паспорт для життя» не є формальним інструментом, оскільки учні отримують оцінку не за навчання, а для подальшого навчання. Оцінка дає змогу учневі та учителеві чіткіше сформулювати подальші мету й завдання, відслідковувати прогрес у розвитку грамотності впродовж навчального року.

Інструмент «PLAY», який створили науковці університету Манітоби, має кілька різновидів: «PLAY fun» (для оцінювання рухових навичок, рівня знань та сформованих навичок, фізичної компетентності та впевненості респондента), «PLAY basic» (коротка форма «PLAY fun»), «PLAY self» (самозвіт дитини щодо грамотності у фізичній культурі), «PLAY parent» (звіт батьків щодо грамотності у фізичній культурі дитини), «PLAY coach» (звіт вчителя фізичного виховання / тренера / спеціаліста фізичної рекреації стосовно грамотності у фізичній культурі школяра), «PLAY adapted» (модифікована версія «PLAY basic» для дітей з інвалідністю). Початково цей інструмент було розроблено виключно з дослідницькою метою, проте отримано схвальні відгуки про нього під час оцінювання різних освітніх програм, а також зазначено його відповідність рекомендаціям щодо рухової активності, швидкість оцінювання та економічність, надійність, чутливість у відслідковуванні змін, легкість у інтерпретуванні отриманих даних. Оскільки «PLAY basic» передбачає оцінювання конкретних рухових навичок, виявлення прогалин у знаннях, допомагає сформулювати подальші завдання для поліпшення результату, то особа, яка

проводить це дослідження, повинна мати спеціальну освіту – бути вчителем фізичного виховання, тренером, фізіотерапевтом та ін. Методика містить педагогічне тестування та оцінювання 4 груп вправ: «Локомоції» (біг, стрибки), «Кидання» (кидок м'яча з витягнутої руки), «Копання» (копання м'яча), «Баланс» (вправи на рівновагу – ходьба по лінії). Оцінку виставляють із використанням візуально-аналогової шкали, яка поділена на 4 частини, що відповідають таким рівням: початківець (0–25 у.о.), рівень формування (25–50 у.о.), компетентний (50–75 у.о.), досвідчений (75–100 у.о.). Оцінка в проміжку 0–50 у.о. свідчить, що навички перебувають на етапі формування та розвитку, 51–100 у.о. – сформовані та набуті.

Інструмент «Паспорт для життя» використовує чотирирівневу шкалу, яка дає змогу оцінити навички з погляду їх формування: навичка розвивається, навичка розвинута, навичка повністю сформована тощо. Така шкала була дібрана відповідно до навчальних завдань освітньої системи Канади. Натомість «PLAY fun» не передбачає, що оцінювання навички завершується на рівні «повністю сформована», натомість запропоновано іншу позначку на шкалі, що відповідає майстерності на рівні експерта. Таким чином, 75 % шкали «PLAY fun» відповідають чотирьом першим рівням шкали «Паспорт для життя». Завдяки такому підходу інструмент «PLAY» можна використовувати для осіб різного віку та за умов різного рівня майстерності.

Шістдесятихвилинний інструмент для оцінювання основних рухових навичок був створений для того, щоб допомогти батькам або будь-якій особі, яка не володіє спеціалізованими знаннями, оцінити моторику та рівень грамотності дитини у фізичній культурі. Інструмент є у вигляді онлайн-ресурсу, містить допоміжну інформацію для вчителів фізичного виховання та тренерів щодо методів оцінювання рухових навичок школярів, правильних термінів, словесних підказок, які необхідні, коли фахівці навчають дітей певних рухів. Також передбачені короткі відеоролики із демонстрацією виконання різних вправ, кожний відеоматеріал пов'язаний із відповідним планом уроку. Зареєстровані користувачі мають змогу

налаштувати власну базу даних для моніторингу, ведення записів, відслідковування змін у рухових навичках дитини.

Методика «Канадське оцінювання грамотності у фізичній культурі» є комплексним протоколом, який дає змогу повністю та ґрунтовно оцінити широкий спектр навичок і здібностей, що характеризують рівень грамотності у фізичній культурі та впливають на нього. Ця методика ґрунтується на визначенні грамотності ЮНЕСКО, відповідно до якого грамотність у фізичній культурі – це мотивація, упевненість у собі, фізична компетентність, знання і розуміння, необхідні для того, щоб цінувати та дотримуватися фізично активного способу життя. Відповідно до цього пояснення відомі чотири взаємопов'язані і суттєві елементи грамотності у фізичній культурі:

- 1) мотивація і впевненість;
- 2) фізична компетентність (фізична підготовленість, рухові навички);
- 3) знання і розуміння;
- 4) участь у фізичній активності впродовж життя.

Саме це визначення та розуміння структури грамотності у фізичній культурі мають підтримку серед урядових і громадських організацій Канади та є в основі розроблення спеціальної системи оцінювання. Основна мета цієї методики – визначити єдиний показник мотивації, упевненості, фізичної компетентності (фізичної підготовленості та рухових навичок), рівня знань про фізичну активність, щоденної рухової активності та сидячого способу життя. Розробленню методики передували ретельний перегляд та аналіз навчальних планів, консультації з дослідниками і практиками фізичного виховання. Наявні методики оцінювання фізичної компетентності, мотивації, впевненості проаналізовано та модифіковано відповідно до сучасних підходів. Під час вибору тієї чи тієї методики / тесту зважали на її доцільність, виконання того чи того завдання, відповідність здатностям дитини, також було враховано час, необхідний адміністрації / персоналу для виконання завдання.

Запропоновану методику CAPL визнано унікальною, оскільки вона дає змогу контролювати широкий спектр характеристик, які впливають на грамотність у фізичній

культури. Початково за методикою було передбачено оцінювання: 1) рівня фізичної підготовленості (зокрема, стану серцево-судинної та дихальної систем, м'язової сили та гнучкості); 2) моторної поведінки (базові рухові навички); 3) поведінкового аспекту рухової активності (добова рухова активність); 4) психосоціальних та когнітивних чинників (ставлення, знання, почуття тощо).

Наукова група зі здорового активного способу життя і запобігання ожирінню (Healthy Active Living and Obesity Research Group, HALO) є відповідальною за систематичний розвиток цієї методики від 2008 року. На сьогодні використовують нову версію методики – CAPL-2, до робіт над тестами й анкетами було залучено понад 100 дослідників та практиків, а отриману оцінку школяра порівнюють, зіставляючи результати 10 000 дітей із урахуванням віку та статі.

Рівень грамотності аналізують за чотирма доменами (рис. 1), кожен із яких, за винят-

ком поведінки, вивчають за результатами анкетування чи педагогічного тестування. Домен «Поведінка» оцінюють з урахуванням результатів за трьома іншими складниками. Ця модель відображає переконання HALO про те, що фізично неактивна дитина фактично не може продемонструвати високий рівень грамотності у фізичній культурі, а також те, що школяр, який має достатній рівень знань, мотивацію, упевненість та фізичну підготовленість, із більшою імовірністю дотримуватиметься здорового способу життя. Варто зазначити, що «перекривання» доменів підкреслює те, що грамотність є комплексним результатом взаємодії різних чинників, відповідно на кількісний результат одного домену можуть впливати результати іншого домену.

Версія CAPL-2 [23] складається з трьох тестів для визначення рівня фізичної підготовленості (планка, 15–20-метровий шатл-тест, оцінювання спритності та навичок руху CAMSA), двох методик для оцінювання

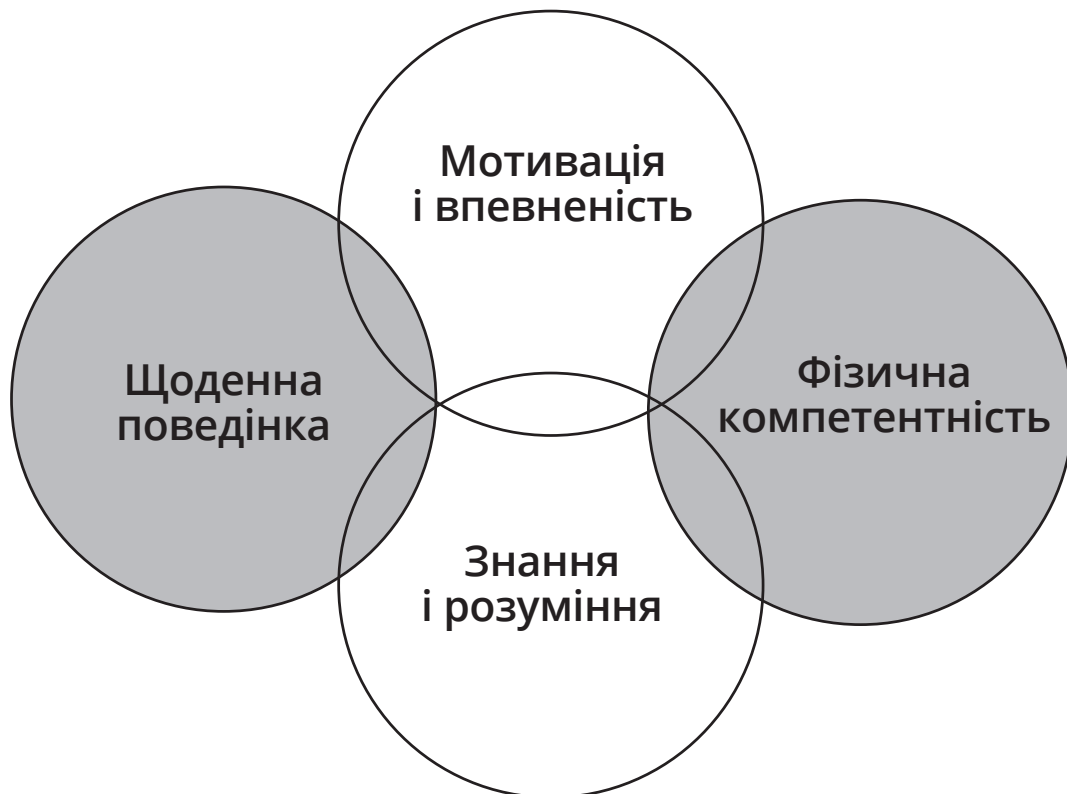


Рис. 1. Модель грамотності у фізичній культурі за CAPL-2 [21]

рівня рухової активності (самооцінювання рівня рухової активності, крокометрія), анкети, що складається з 22 запитань і передбачає оцінювання рівня знань, розуміння, мотивації та впевненості. Порівняно з попередньою ця версія є коротшою (CAPL складався з 8 тестів, 3 протоколів для дослідження рухової активності та анкети із 72 питань), потребує менше часу для дослідження, максимально наближена до потреб практики, а також може бути використана лише частково: тестові завдання кожного домену можна добирати, використовувати, оцінювати й інтерпретувати незалежно.

Методику CAPL-2 розроблено для дітей віком 8–12 років, більшість осіб цього віку можуть пройти тестування, відповісти на запитання анкети. Можливо, діти з інвалідністю не виконають усіх завдань, проте, якщо це не становить небезпеки для здоров'я, рекомендовано залучати і їх до дослідження. Перед кожним завданням проводять інструктаж, надають усі необхідні роз'яснення, щоб допомогти дитині якнайліпше пройти тестування.

Підраховано, що для дослідження рівня грамотності однієї дитини потрібно 30–40 хв,

а групу з 25 осіб можуть оцінювати три інструктори за 90 хв. У ці підрахунки не входить час (7 повних днів), упродовж якого за допомогою крокометра визначають щоденну рухову активність [25]. На усі зібрані дані поширюються правила конфіденційності та анонімності, дані дитини не розголошують. Під час обговорення результатів із дітьми пропонують використовувати середні показники у групі. Участь у тестуванні є добровільною, школяр може відмовитися пройти певний тест / завдання, не відповісти на запитання анкети тощо. До проведення тестування і батьки, і діти дають інформовану згоду на участь, яка має бути узгоджена з комітетом етики організації, яка проводить дослідження.

За результатами оцінювання за системою CAPL-2 визначають одну з чотирьох категорій грамотності у фізичній культурі (табл. 1):

- початковий (beginning);
- прогресувальний (progressing);
- достатній (achieving);
- відмінний (excelling).

Початковий і прогресувальний рівні мають особи, які не досягнули оптимального рівня грамотності.

Таблиця 1

### Рівні грамотності у фізичному вихованні згідно з CAPL-2

Рівень грамотності	Характеристика рівня
<b>Відмінний</b> Перевищує мінімально рекомендований рівень	Діти, які успішно розвивають грамотність у фізичній культурі, мають високий рівень фізичної підготовленості, високий рівень знань і мотивацію, сформовані звички, що позитивно впливають на їхнє здоров'я. Якщо дитину стимулювати і підтримувати, це допоможе їй далі розвиватися у процесі дорослішання та зростання
<b>Достатній</b> Досягнутий мінімально рекомендований рівень	Діти, які досягнули цього рівня, мають належний рівень фізичної підготовленості, мотивації та такий рівень щоденної рухової активності, що безпосередньо позитивно впливає на здоров'я. Заохочення та підтримка дають їм змогу і надалі підвищувати рівень грамотності у фізичній культурі
<b>Прогресувальний</b> Рівень відповідає рівню грамотності однолітків	Діти, які вдосконалюють свій рівень грамотності, підвищують рівень фізичної підготовленості, знань, змінюють поведінку на більш фізично активну та характерну одноліткам. Поліпшення рівня їхньої грамотності позитивно впливатиме на здоров'я
<b>Початковий</b> Низький рівень грамотності порівняно з однолітками	Діти, які починають розвивати свій рівень грамотності у фізичній культурі, підвищують рівень фізичної компетентності, знань, мотивації, змінюють щоденну поведінку, щоб бути більш фізично активними. Для підвищення рівня їхньої грамотності необхідні значна підтримка й заохочення



За результатами оцінювання готують роз'яснення для 3 груп осіб (дітей, батьків / опікунів, керівників програм / осіб, що проводили оцінювання), які можуть бути зацікавлені в результатах. Основне завдання таких рекомендацій та коментарів – запропонувати рішення та необхідну підтримку для поліпшення оцінки. Незалежно від того, яку оцінку отримала дитина сьогодні, завжди є змога її поліпшити, CAPL-2 допомагає отримати «зріз» у певному періоді життя дитини, а сам результат залежить також від зацікавлення й мотивації дитини.

**Дискусія.** Загалом грамотність у фізичній культурі можна вважати парасольковою концепцією, яка поєднує знання, уміння, розуміння та цінності, пов'язані з прийняттям відповідальності за цілеспрямовану фізичну активність упродовж усього життя [11, 13, 26, 27]. Варто зазначити, що грамотність у фізичній культурі охоплює рухову активність і фізичну підготовленість, проте не обмежена лише руховими навичками [13, 26]. Відповідно до холистичного підходу індивіди, які є грамотними у фізичній культурі, мають такі характерні риси:

1) мають мотивацію та впевненість використати власний руховий потенціал (з урахуванням наявних талантів, можливостей, культурного контексту), щоб зробити вагомий внесок у поліпшення якості життя;

2) упевнено «зчитують» усі аспекти фізичного середовища, передбачають потреби або можливості руху, аналізують наявні можливості та відповідно реагують на них, використовуючи власний інтелект та уяву;

3) мають чіткі, економні та впевнені рухи, а їхній вибір здійснюють з огляду на ситуацію, що постійно змінюється;

4) сприймають себе як частину світу, а результатом взаємодії з оточенням є позитивна самооцінка та впевненість у собі;

5) здатні виявляти та формулювати основні чинники, що впливають на ефективність виконання рухів, та розуміють фундаментальні принципи збереження здоров'я.

Важливими структурними компонентами, які неодмінно вивчають під час оцінювання рівня грамотності у фізичній культурі, є мотивація, впевненість у власних силах та компетентність [27, 29]. Так, грамотна у фізичній культурі особа має зазвичай

позитивне ставлення до своїх фізичних здібностей, упевнена щодо власної фізичної спроможності, легко виконує щоденні завдання, упевнено бере участь у фізичній активності та передбачає, що це буде позитивний досвід. Грамотність у фізичній культурі продовжує активне життя людини, а участь у руховій активності допомагає змінити якість життя. Грамотна у фізичній культурі людина зберігає такий позитивний підхід до фізичної активності впродовж усього життя, може вибрати для себе відповідні та необхідні форми рухової активності з урахуванням різних соціальних та культурних чинників.

Компонентами грамотності у фізичній культурі також може бути сприйняття власного «я», ефективна взаємодія з іншими та здобуття нових знань про рух та здоров'я [21, 30]. Ці компоненти пов'язані між собою, позитивно впливають на мотивацію, упевненість у собі та поліпшують взаємодію з середовищем.

Упевненість у собі, віра у власні сили є частиною психічного здоров'я, характеризує самопочуття індивіда, впливає на розвиток та навчання [31–33]. Низька впевненість у власних силах може негативно впливати на психічний стан, призводити до розвитку депресивних станів, змін у настрої.

Початково за розвиток грамотності у фізичній культурі відповідають батьки / опікуни, а також інші члени родини, які контактують із дитиною [9, 11, 34]. Під час навчання у школі розвиток грамотності відбувається як невід'ємна частина занять фізичною активністю, зокрема уроків фізичного виховання. Зростає роль спортивних організацій у школі та поза нею, клубів, проте якщо учень не залучений до позашкільних занять фізичною культурою та спортом, зберігається значна відповідальність батьків / опікунів за розвиток грамотності дитини. Сприяння розвитку фізичної грамотності в ці роки має вирішальне значення з погляду використання набутих здібностей надалі. Мотивація до фізичної активності залежатиме від досвіду, який здобула дитина впродовж цього періоду. Цей досвід та пережиті події повинні допомогти сформувати позитивне ставлення до фізичної активності, сприяти розвитку компетентностей, підвищенню

впевненості в собі, навчити цінувати фізичну активність та здійснювати активні кроки, щоб зробити заняття фізичною культурою та спортом регулярним явищем у житті.

Однією з країн, що активно розвиває та просуває концепцію грамотності у фізичній культурі на національному рівні, є Канада. Вона має добре розвинені інтернет-ресурси для батьків, учителів та тренерів щодо грамотності з фізичної культури, щорічно відбувається велика кількість семінарів, презентацій нових відеороликів та блогів. Було підраховано, що 60 000 батьків щомісяця шукають таку інформацію, тому національний рух «Активний для життя» («Active for Life») надає таку інформаційну підтримку для батьків, організовує консультування з експертами, представляє нові поради та ідеї як допомогти дитині досягнути рекомендованої норми щоденної рухової активності. Дуже успішним виявився проєкт «Паспорт для життя» та оцінювання грамотності за допомогою інструменту «PLAY». Саме «PLAY» допоміг з'ясувати, що учні у віці від 6 до 13 років уважають грамотність у фізичній культурі пріоритетом. Вагомим здобутком є елементи інклюзії в таких інструментах, залучення до оцінювання грамотності у фізичній культурі дітей з інвалідністю.

**Висновок.** Грамотність у фізичній культурі аналізують та оцінюють за такими компонентами: рухові компетентності; правила, стратегії руху; мотиваційні й поведінкові аспекти, пов'язані з руховою активністю; особисті, соціальні та культурні чинники. Для оцінювання грамотності у фізичній культурі доцільно використовувати валідовані та апробовані інструменти «Паспорт для життя», «PLAY», «Канадське оцінювання грамотності у фізичній культурі». Кожен із цих інструментів призначено для осіб шкільного віку, спільним для них є врахування положення, що грамотність у фізичній культурі не відповідає руховим навичкам, а отже, необхідно аналізувати різні аспекти, зокрема рівень упевненості, рівень знань, поведінку в різних середовищах. Комплексне оцінювання рівня грамотності у фізичній культурі забезпечить окреслення чинників, що перешкоджають або сприяють фізичній активності.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ REFERENCES

1. *Education for all: literacy for life; EFA global monitoring report, 2006 – UNESCO Digital Library.* (2020, Nov 9). <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000141639>
2. Perry, K. H., Shaw, D.M., Ivanyuk, L., & Tham, Y. S. S. (2018). The “Ofcourseness” of Functional Literacy: Ideologies in Adult Literacy. *J Lit Res.*, 50(1), 74–96.
3. Vágvölgyi, R., Coldea, A., Dresler, T., Schrader, J., & Nuerk, H.-C. (2016). A Review about Functional Illiteracy: Definition, Cognitive, Linguistic, and Numerical Aspects. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01617>
4. Wetzel, M. M., Vlach, S. K., Svrcek, N. S., Steinitz, E., Omogun, L., Salmerón, C., Batista-Morales, N., Taylor, L. A., & Villarreal, D. (2019). Preparing Teachers With Sociocultural Knowledge in Literacy: A Literature Review. *Journal of Literacy Research*, 51(2), 138–157. <https://doi.org/10.1177/1086296x19833575>
5. Goyal, K., & Kumar, S. (2020). Financial literacy: A systematic review and bibliometric analysis. *International Journal of Consumer Studies*. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12605>
6. O’Sullivan, M., Davids, K., Woods, C. T., Rothwell, M., & Rudd, J. (2020). Conceptualizing Physical Literacy within an Ecological Dynamics Framework. *Quest*, 72(4), 448–462. <https://doi.org/10.1080/00336297.2020.1799828>.
7. Hartono, R. (2020). Evaluating Sustainable Education Using Eco-Literacy. *HABITAT*, 31(2), 78–85. <https://doi.org/10.21776/ub.habitat.2020.031.2.9>.
8. Mandigo, J., Francis, N., & Lodewyk, K. *Physical literacy concept paper (ages 0–12 years)*. Sport for Life | Developing physical literacy and delivering quality sport. <https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2016/12/Physical-Literacy-Concept-Paper.pdf>
9. Whitehead, M. (2010). *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*. Routledge.
10. Spengler, J. O., & Cohen, J. (2014). *Physical literacy: A global environmental scan*. Aspen Institute Sports & Society Program. Available from: <http://plreport.projectplay.us/>
11. Vašíčková, J. (2016). *Physical literacy in the Czech Republic*. Palacký University Olomouc.
12. Cornish, K., Fox, G., Fyfe, T., Koopmans, E., Pousette, A., & Pelletier, C. A. (2020). Understanding physical literacy in the context of health: a rapid scoping review. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09583-8>
13. Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2016). Definitions, Foundations and Associations of Physical Literacy: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 47(1), 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
14. Penney, D., & Chandler, T. (2000). Physical Education: What Future(s)? *Sport Educ Soc*, 5(1), 71–87.
15. Durden-Myers, E. J., & Keegan, S. (2019). Physical Literacy and Teacher Professional Development. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*,

- 90(5), 30–35. <https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1580636>
16. McKee, M., Breslin, G., Haughey, T. J., & Donnelly, P. (2013). Research into Assessing Physical Literacy in Northern Ireland. *J Int Coun Sport Sci Phys Educ*, 65, 283–288.
  17. Keegan, R. J., Barnett, L. M., Dudley, D. A., Telford, R. D., Lubans, D. R., Bryant, A. S., Roberts, W. M., Morgan, P. J., Schranz, N. K., Weissensteiner, J. R., Vella, S. A., Salmon, J., Ziviani, J., Okely, A. D., Wainwright, N., & Evans, J. R. (2019). Defining Physical Literacy for Application in Australia: A Modified Delphi Method. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 105–118. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0264>
  18. *Physical Literacy Assessment in Canada. Physical Literacy in Canada Tools for Assessment*. <http://www.physicalliteracy.ca/play>
  19. *Passport for Life | PHE Canada*. (2020, Nov 9). Home | PHE Canada. <https://phecanada.ca/programs/passport-life>
  20. *Physical Literacy Assessment for Youth*. (2020, Nov 9). [https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2016/12/PLAYself\\_Workbook.pdf](https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2016/12/PLAYself_Workbook.pdf)
  21. Francis, C. E., Longmuir, P. E., Boyer, C., Andersen, L. B., Barnes, J. D., Boiarskaia, E., Cairney, J., Faigenbaum, A. D., Faulkner, G., Hands, B. P., Hay, J. A., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Kemper, H. C. G., Knudson, D., Lloyd, M., McKenzie, T. L., Olds, T. S., Sachch, J. M., ... Tremblay, M. S. (2016). The Canadian Assessment of Physical Literacy: Development of a Model of Children's Capacity for a Healthy, Active Lifestyle Through a Delphi Process. *Journal of Physical Activity and Health*, 13(2), 214–222. <https://doi.org/10.1123/jpah.2014-0597>
  22. Longmuir, P. E., Boyer, C., Lloyd, M., Yang, Y., Boiarskaia, E., Zhu, W., & Tremblay M. S. (2015). The Canadian Assessment of Physical Literacy: methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years). *BMC Public Health*, 15(1): 767. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2106-6>
  23. Longmuir, P. E., Gunnell, K. E., Barnes, J. D., Belanger, K., Leduc, G., Woodruff, S. J., & Tremblay, M. S. (2018). Canadian Assessment of Physical Literacy Second Edition: a streamlined assessment of the capacity for physical activity among children 8 to 12 years of age. *BMC Public Health*, 18(S 2). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5902-y>
  24. Longmuir, P. E., Colley, R. C., Wherley, V. A., & Tremblay, M. S. (2014). Canadian Society for Exercise Physiology position stand: Benefit and risk for promoting childhood physical activity. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 39(11), 1271–1279. <https://doi.org/10.1139/apnm-2014-0074>
  25. *Home – Canadian Assessment of Physical Literacy, 2nd Edition (CAPL-2)*. (2020, Nov 9). Canadian Assessment of Physical Literacy, 2nd Edition (CAPL-2). <https://www.capl-eclp.ca/>
  26. Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2016). Definitions, Foundations and Associations of Physical Literacy: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 47(1), 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
  27. Corbin, C. B. (2016). Implications of Physical Literacy for Research and Practice: A Commentary. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(1), 14–27. <https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1124722>
  28. Giblin, S., Collins, D., & Button, C. (2014). Physical Literacy: Importance, Assessment and Future Directions. *Sports Medicine*, 44(9), 1177–1184. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0205-7>
  29. Sum, R. K. W., Ha, A. S. C., Cheng, C. F., Chung, P. K., Yiu, K. T. C., Kuo, C. C., Yu, C. K., & Wang, F. J. (2016). Construction and Validation of a Perceived Physical Literacy Instrument for Physical Education Teachers. *PLOS ONE*, 11(5), Стаття e0155610. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0155610>
  30. Lloyd, R. J. (2016). Becoming Physically Literate for Life: Embracing the Functions, Forms, Feelings and Flows of Alternative and Mainstream Physical Activity. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35(2), 107–116. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2015-0068>
  31. Ribeiro, Í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review. *Health Professions Education*, 4(2), 70–77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
  32. Eather, N., Morgan, P. J., & Lubans, D. R. (2016). Effects of exercise on mental health outcomes in adolescents: Findings from the CrossFit™ teens randomized controlled trial. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 14–23. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.05.008>
  33. Rogowska, A. M., Pavlova, I., Kuśniercz, C., Ochnik, D., Bodnar, I., & Petrytsa, P. (2020). Does Physical Activity Matter for the Mental Health of University Students during the COVID-19 Pandemic? *Journal of Clinical Medicine*, 9(11), 3494. <https://doi.org/10.3390/jcm9113494>
  34. Lundvall, S. (2015). Physical literacy in the field of physical education – A challenge and a possibility. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 113–118. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.02.001>
- Стаття надійшла до редколегії 25.04.2023.  
Прийнята до друку 10.05.2023.  
Підписана до друку 26.06.2023.