

Після проведення експерименту ми провели повторне визначення типів будови тіла молодших школярів дослідних груп (рис.2).

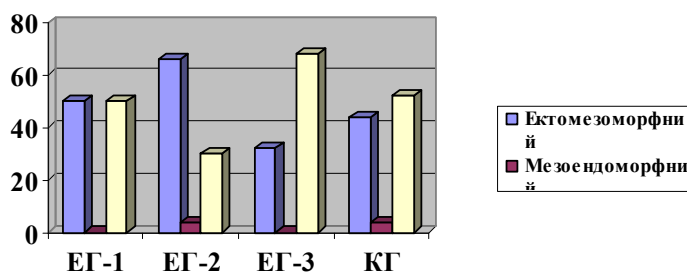


Рис.2. Зміни в будові тіла школярів дослідних груп після експерименту.

В ЕГ-1 зменшилася кількість дітей ектомезоморфного типу на 9% та збільшилась кількість мезоектоморфного типу відповідно на 9%. Це можна пояснити тим, що в цій групі перевагу надавали силовим вправам, які сприяли зниженню показника жирового компоненту і збільшення м'язового. Незмінним залишився показник мезоендоморфного типу.

В ЕГ-2, де перевагу надавали швидкісно-силовим вправам кількість дітей ектомезоморфного типу зменшилася на 5% відповідно збільшилося число дітей мезоектоморфного типу (5%). Показник мезоендоморфного типу не змінився.

В ЕГ-3, де перевага надавалась вправам швидкісного характеру, кількість дітей мезоендоморфного типу не змінилась, на 9% зменшилась кількість ектомезоморфів на стільки ж збільшилася кількість мезоектоморфів.

Висновок. Результати педагогічного експерименту показали, що вправи швидкісного, силового та швидкісно-силового характеру не мають суттєвого впливу на соматотип дітей.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бунак В.В. Род, его возникновение и последующая эволюция – М.: Наука, 1980. – 326с.
2. Никитюк Б.А. Соматотипология и спорт //Теория и практика физической культуры – 1982. - №5 – с. 26-28.
3. Сергиенко Л.П. Генетика и спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 171с.
4. Туманян Г.С., Мартиросов Э.Г. Телосложение и спорт. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 237с.
5. Манукян Л.Г. Влияние наследственных и средовых факторов на развитие некоторых морфологических показателей. – Винница, 1984. – 128с.
6. Волков Л.В. Методика виховання фізичних здібностей учнів. – К.: Радянська школа, 1980. – 104с.
7. Теорія і методика фізичного виховання школярів : навч. посіб. : в 2 ч. Ч. 2 / Б.М. Шиян, І.О. Омеляненко. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2012. — 304 с.
8. Дж. Дункан Мак-Дугалл. Физическое тестирование спортсмена высокого класса. – К.: Олимпийская литература, 1998. – 431с.
9. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. – М.: Физ и спорт, 1982. – 199с.

Дунець У.

Науковий керівник – доц. Боднар Я.Б.

ФОРМУВАННЯ СТІЙКОГО ІНТЕРЕСУ ДО МЕТИ І ЗАВДАНЬ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Актуальність. Достатньо давно фізичне виховання стало головною потребою людського суспільства. Історичні джерела свідчать, що на ранніх етапах розвитку людської цивілізації виховання було насамперед фізичним. З позиції сьогодення сфера фізичної культури України перебуває на переломному етапі, перспектива її розвитку залежить від багатьох чинників, що мають не лише позитивні, а й негативні наслідки, до яких належить загально визнаний факт зниження стану здоров'я населення, зокрема шкільного.

Фізичне виховання – особливий педагогічний процес, який передбачає використання методичних та специфічних принципів. У теорії фізичного виховання аналіз систем і принципів по праву займає одне з провідних місць, оскільки він тісно пов'язаний завданнями всебічного розвитку учнів на заняттях з фізичного виховання[1].

Мета дослідження - виявити шляхи формування вчителями фізичної культури стійкого інтересу до мети і завдань на уроках фізичної культури. **Організація дослідження.** Участь у дослідженні взяли 30 (100%) учителів з фізичного виховання, що працюють у загальноосвітніх школах міста Тернополя.

В анкетуванні взяло участь 11 (36,6) учителів жіночої статі та 19 (63,4) -чоловічої. Вік респондентів: від 28 років до 55 років. Стаж професійної роботи: від 1 року до 22 років.

Проаналізувавши отримані результати, ми переконались, що вчителі під час проведення навчально-виховного процесу в недостатній мірі керуються принципом свідомості і активності. Так з першої групи положень стає зрозумілим, що ефективність донесення завдань заняття до свідомості учнів є низькою.

На перше питання «Ви повідомляєте учням завдання заняття?» 76,6% опитаних (23 особи) відповіли «так», 16,8% вчителів (5 чол.) здійснюють це «інколи» та інші 6,6% респондентів (2 людини) позначили варіант «ні». З цього можна зробити висновок, що не всі вчителі прагнуть сформулювати активне ставлення молодого покоління до процесу фізичного виховання. Без повідомлення завдань учні перебувають в незнанні: вони не розуміють що повинні робити на занятті та з якою метою, а це в жодному випадку не спонукатиме їх до сумлінної діяльності.

Також частина вчителів здійснює дану процедуру інколи, тобто нерегулярно, що також являється негативним фактором: учні, зважаючи на те, що дані повідомлення не є традиційними, не завжди готові до них, тому навіть коли учитель пояснює визначені на заняття цілі, молоде покоління може байдуже віднестись до даного процесу, залишити його поза сферою своєї уваги, і всі потуги їхнього наставника залишаться марними.

Відкриті відповіді на наступне запитання надали можливість нам з'ясувати, яку роль, на думку респондентів, відіграє роз'яснення учням завдань заняття. 36,8% опитаних (11 респондентів) вважає, що дана процедура націлює учнів на сумлінне та свідоме виконання фізичних вправ; 53,3% учителів (16 осіб) відповіли, що повідомлення визначених цілей слугує поясненням змісту заняття. Решта, 9,9% наставників (3 осіб), вважають, що пояснення школярам завдань занять жодним чином не впливає на ефективність їх дій: молоде покоління не проявляє зацікавленості до процесу фізичного виховання та з байдужістю ставиться до роз'яснень педагога, залишаючи їх поза своєю увагою.

Таким чином, як свідчать результати анкетування, в думках учителів існують суттєві розбіжності: лише трохи більше третини опитуваних в правильному руслі оцінюють роль повідомлення завдань заняття своїм підопічним: вони повинні слугувати стартовим пострілом, який закликатиме усіх присутніх до усвідомленої, сумлінної та активної діяльності.

Половина респондентів порівнює пояснення завдань з оголошенням запланованого переліку справ, що є помилковим, проливає для учнів невелику частину світла на плани учителів, але не виступає спонукальним чинником до виконання поставлених вимог. Кілька осіб вказали, що даний компонент навчального процесу є зайвим і не приносить жодної користі у зв'язку з відсутністю інтересу школярів до виконання фізичних вправ. Проте, на нашу думку, в даній ситуації неправильно розставлені наголоси: молоде покоління проявляє інертність та байдужість не через відсутність зацікавленого ставлення, а у зв'язку з неусвідомленням сенсу і значення їх активних дій, а одним із компонентів забезпечення такого розуміння являється правильна постановка завдань заняття.

З проаналізованої групи відповідей на поставлені запитання можна зробити висновок, що вчителі недостатню увагу приділяють донесенню поставлених завдань до свідомості учнів, не націлюють їх на наступну роботу, що, звичайно, негативно позначається на ефективності всього подальшого процесу фізичного виховання.

Як засіб мотивації учнів на занятті 53,3% респондентів (16 осіб) використовують лише бажання отримати позитивну оцінку, 30% педагогів (9 чол.) застосовують і оцінку і прагнення школярів бути фізично розвинутих, а 16,7% опитаних (5) жодним чином не спонукають своїх підопічних до плідної діяльності. Враховуючи той факт, що мотив є визначальним чинником успішності навчально-виховного процесу з будь-якої дисципліни, можна зробити висновок, що вчителі фізичного виховання використовують надзвичайно малу кількість засобів мотивації молодого покоління, цим самим не сприяють створенню умов для сумлінного і активного вирішення визначених завдань та залученню учнів до систематичного самостійного виконання фізичних вправ.

Мотивація повинна здійснюватись в усіх фрагментах заняття, спрямовуватись на кожного присутнього. Важливе завдання учителя полягає в тому, щоб знайти на кожному етапі розвитку школяра найбільш адекватні мотиви, відповідно перетворюючи і переосмислюючи задачі, які вчитель ставить перед учнями. Свідоме навчання передбачає, перш за все, усвідомлення основ і смислового змісту положень, що засвоюються в процесі навчання, на противагу формальному, механічному заучуванню пустих формул та необґрунтованих тверджень. Воно суттєво проявляється у мотивах діяльності, у відношенні молодого покоління до навчання і того, чому він навчається.

Для того, щоб учень включився у роботу, потрібно зробити поставлені в процесі фізичного виховання завдання не тільки зрозумілими, але і внутрішньо сприйнятливими, тобто щоб вони набули значимості для школяра і знайшли, таким чином, відгук і опорну точку в його переживанні [2].

23,4% вчителів (7 учителів) створюють на заняттях ситуації, які дозволяють застосувати засвоєні школярами знання й уміння у практичній діяльності, 43,3% респондентів (13 осіб) здійснює це інколи, і решта, 33,3% опитаних (10 осіб), не вважають зазначений чинник необхідним компонентом заняття. Навіть за умови роз'яснення школярам користі та значення вивчення навчального матеріалу з фізичного виховання, потрібно, щоб вчитель забезпечував практичне підтвердження повідомленої інформації, спеціально чи з ілюзією випадковості, створив умови для використання молодим поколінням отриманих

надбань. Це слугуватиме міцним доводом правдивості пояснень педагога, заохочуватиме учня до вирішення поставлених завдань.

На наступне запитання анкети «Ви забезпечуєте свідомий підхід учнів до розвитку фізичних якостей?» 46,6% опитаних (14 учителів) відповіли «так», 13,4% респондентів (4) – «інколи» і 40% педагогів (12 опитаних) записали варіант «ні».

Щодо мети, з якою учителів здійснюють цю процедуру, то ми отримали наступну інформацію: 43,3% наставників (13 чол.) вважає, що це спонукає школярів до чіткого виконання визначених вказівок. Безумовно, коли молоде покоління розуміє мету, призначення та користь своїх дій, то це забезпечить їх сумлінне здійснення. 33,3% респондентів (10 опитаних) вказали, що формування свідомого ставлення студентів до розвитку фізичних якостей дозволяє легше долати втому та больові відчуття, та стимулює учнів до реалізації поставлених завдань в повному обсязі.

На нашу думку, обидві групи отриманих відповідей спрямовані в одному напрямку: підвищення результативності процесу удосконалення фізичної підготовленості. Решта, 23,3% вчителів (7 осіб), які не забезпечують усвідомленого відношення учнів до розвитку фізичних кондицій, зазначили, що причиною цього являється байдуже ставлення молодого покоління до даного процесу, та небажання виконувати жодні вправи для його покращення.

Ситуація тотожна до тої, що стосується повідомлення завдань занять: низький рівень інтересу учнів до визначених цілей та поставлених вимог являється не загальною умовою, а зумовлений відсутністю зазначених компонентів навчально-тренувального процесу. Можна зробити висновок, що частина педагогів недооцінює значення реалізації принципу свідомості та активності в процесі фізичного виховання школярів.

Важливою складовою ефективного заняття є його висока позитивна емоційність. Досі проблема емоцій у науці залишається загадковою та значною мірою незрозумілою, хоча їхня роль у керуванні діяльністю людини дуже велика. Емоції, почуття виконують різні функції, беруть участь у регулюванні поведінки особи як невимушений компонент, втручаючись у нього, як на стадії усвідомлення потреби оцінювання ситуації, так і на стадії ухвалення рішення та оцінювання досягнутого результату. Тому успішне керування фізкультурно-спортивною діяльністю вимагає створення сприятливої емоційної та почуттєвої сфер[3].

Проте, лише 56,6% опитаних (17 опитаних) забезпечують під час реалізації поставлених завдань позитивний фон. 30% вчителів (9) здійснює це шляхом застосування жартів, формування умов для психологічного розвантаження учнів та зменшення, в доцільних межах, дисциплінарних вимог до школярів. 13,4% опитаних (4) зазначили, що для підвищення емоційності занять, вони створюють доброзичливу атмосферу.

Необхідно зауважити, що уже в основі заняття з фізичного виховання закладені умови для створення позитивної атмосфери: несхожість типу виконуваної діяльності у порівнянні з іншими навчальними дисциплінами, можливість задоволення потреби в руховій активності тощо. Педагог повинен лише реалізувати наявні компоненти. Проте, як свідчать отримані відповіді, велика кількість учителів не вважає забезпечення емоційності занять фактором підвищення їх результативності. Лише 30% респондентів (9 осіб) виховує критичне ставлення учнів до власної технічної та фізичної підготовленості.

Таким чином, фізична культура як навчальний предмет загальноосвітнього закладу не виконує повною мірою своєї важливої функції – формування дієвого ставлення людини до власного фізичного вдосконалення, а отже, характеризується зниженням інтересу в більшості учнів до фізкультурно-спортивної діяльності та зменшенням її престижу. Тому, одним із головних завдань учителя фізичного виховання являється формування критичного ставлення молодого покоління до власного рівня здоров'я, що дозволить їм побачити наявні недоліки, а пошук шляхів їх усунення приведе учнів до систематичних занять фізичними вправами.

Щодо засобів, за допомогою яких педагоги виховують зазначений компонент свідомого ставлення, 33,3% опитаних (10 осіб) вказали, що з цією метою коректно вказують учня на існуючі прогалини в рівнях їх фізичної та технічної підготовленості і пояснюють, яким чином це може зашкодити їм в подальшому.

Істотним недоліком являється той факт, що решта, 66,7% вчителів (20 респондентів), жодним чином не стимулюють учнів до самоконтролю і самооцінки власного здоров'я. 40% педагогів (12 чол.) надають школярам можливість проявити самостійність (проводити окремі фрагменти заняття, підбирати вправи для вирішення конкретних завдань, здійснювати взаємонавчання, самостійно виконувати запропоновані вправи тощо). 33,3% опитаних (10 вчителів) лише інколи створюють такі умови, 26,7% респондентів (8 осіб) відповіли «ні, тому що учні не справляються, не є компетентними».

Зважаючи на той загальновідомий факт, що педагогічно організована активність підростаючого покоління являється важливим фактором досягнення високих результатів на заняттях з фізичного виховання, необхідно створювати умови не тільки для формування даного компоненту, але й і для його подальшого розвитку: вищою формою прояву активності є проведення школярами частин і цілих занять, тобто перехід до творчості. Це дозволить докорінно змінити позицію діяльності учнів – перетворитись з об'єктів навчально-виховного процесу в його суб'єктів, не лише брати участь в чіткому та сумлінному

виконанні визначених вимог, але й залучатись до їх постановки. Така самостійність учнів не суперечить педагогічній ролі учителя, а навпаки – є свідченням його високого професіоналізму. Іншими словами вчителі зобов'язані сформувати у своїх підопічних уміння, які необхідні для організації та проведення самостійних занять, і означена некомпетентність учнів являється не сталою умовою, а свідченням неефективної реалізації педагогами завдань в даній сфері [3].

16,6% опитаних (5 осіб) зазначили, що свідоме та активне ставлення учнів до процесу фізичного виховання є одним із визначальних компонентів забезпечення його високої результативності. 40% вчителів (12 чел.) вказали на позитивну, проте невіршальну роль даного фактору, 33,3% педагогів (10) вважають, що досліджуваний нами чинник лише незначно зміщує шальки терезів у сторону підвищення якості навчально-тренувального процесу, та 9,9% респондентів (3 людини) не бачать призначення описаного елемента в змісті ефективного заняття.

Висновок. Таким чином, незважаючи на те, що відсутність принципу свідомості та активності суперечить педагогічним засадам будь-якого освітнього процесу, лише невелика частина опитаних визнає користь та необхідність реалізації даного компонента у процесі фізичного виховання молодого покоління.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бондар В. І. Дидактика : підруч. для студ. вищ. пед. навч. закл. / Бондар В. І. – К. : Либідь, 2005. – 264 с.
2. Надкерничний Т. М. Стан проблеми реалізації принципу свідомості і активності на заняттях із фізичного виховання / Т. М. Надкерничний // Слобожанський науково-спортивний вісник . - 2014. - № 1. - С. 80–85.
3. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О.Дубогай. — К. : Шк. світ ; Вид. Л. Галіцина, 2006. — 128 с.

Лахман О.

Науковий керівник – доц. Грабик Н.М.

АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З ФУТБОЛУ У ШКОЛІ

Актуальність. Футбол – один з найпопулярніших видів спорту. Дітей залучають до занять з 5-6-річного віку. Заняття футболом при правильній організації педагогічного процесу — могутній засіб зміцнення здоров'я, підвищення працездатності і росту спортивної майстерності молоді. Значна популярність футболу обумовлює створення великої кількості секцій, у тому числі і на базі ЗОШ. Учні, які відвідують секційні заняття з футболу у ЗОШ мають змогу розвивати свої фізичні кондиції, оволодівати технікою та тактикою рухової діяльності. У подальшому це дозволить потрапити їм у спортивні команди, клуби.

Гра у футбол вимагає всебічної підготовки від учнів, це зумовлено мінливістю ігрових ситуацій, пов'язаних з різноманітними динамічними індивідуальними і колективними діями. Футболіст виконує переважно динамічну роботу перемінної інтенсивності — веде безупинну боротьбу за м'яч з великою напругою протягом тривалого часу, застосовуючи різноманітні рухи: ходьбу, біг змінної інтенсивності з різкими зупинками, поворотами і стрімким прискоренням, стрибки, удари по м'ячу, силові прийоми [7].

У процесі занять футболом в учнів формуються складні і різноманітні рухові навички, виникають і удосконалюються умовно-рефлекторні зв'язки між корою головного мозку, руховим апаратом і внутрішніми органами, поліпшується координація, прискорюється реакція, підвищується загальний рівень фізичної підготовленості, технічної і тактичної майстерності. Це дає можливість футболістам переносити під час гри велике навантаження, швидко і правильно реагувати на зміну обстановки. Гра у футбол сприяє і фізичному загартуванню, підвищенню опірності організму і розширенню адаптаційних можливостей [6].

Найхарактернішою особливістю розвитку дитячо-юнацького футболу сьогодення, є збільшення інтенсивності гри, в якій проявляються індивідуальна, групова, командна техніко-тактична майстерність і висока фізична підготовленість гравців. Команди для досягнення перемоги повинні мати в своєму складі гравців, які вміють грати «швидко» та приймати рішення в складних ситуаціях, що постійно змінюються в умовах дефіциту простору та часу, а також, які раціонально володіють технікою в поєднанні з тактичними діями та високою швидкістю пересування [1].

Сучасні дослідження в галузі дитячо-юнацького футболу привертають велику увагу вчених до проблем, пов'язаних із пошуком ефективних і методично обґрунтованих підходів до розв'язання питань з удосконалення різних видів підготовки, у тому числі і техніко-тактичної. Удосконалення техніко-тактичної підготовки юних футболістів на сучасному етапі вимагає впровадження в практику нових, науково обґрунтованих підходів до побудови тренувального процесу, починаючи з початкових етапів багаторічної підготовки.

Мета статті: обґрунтувати доцільність техніко-тактичної підготовки на секційних заняттях з футболу у школі.