

На запитання «Що ще б ви хотіли сказати про дитячий травматизм на заняттях фізичними вправами?» 15,3% респондентів відповіли, що уникнути травм під час занять фізичною культурою неможливо, незважаючи на профілактичні заходи.

Проведений аналіз науково-методичної літератури з даної проблеми виявив, що дитячий травматизм є складною й невирішеною проблемою. Незважаючи на профілактичні заходи, рівень дитячого травматизму залишається високим; більше 1/3 вчителів фізичної культури, що працюють в загально-освітніх школах міста, мають педагогічний стаж роботи від 1 до 5 років, у 69,5 % опитаних – ушкодження опорно-рухового апарату мали місце під час уроків фізичної культури; найбільш травмонезбезпечним розділом шкільної програми з фізичної культури слід вважати спортивні ігри, а саме: футбол та баскетбол а причинами є низький рівень фізичного розвитку та підготовленості школярів, дисципліни учнів, невідповідний стан приладів, інвентарю та спортивного спорядження, недоліки в організації та методиці проведення занять; щодо надання першої долікарської допомоги при переломах та вивихах, рівень знань серед вчителів слід вважати недостатнім, відповідно в 16,7 % та 26,4 % опитаних, не змогли спрогнозувати свої дії у наданні першої допомоги, а 15,3 %, вважають не можливим уникнення травм на уроках фізичної культури за умов впровадження та застосування профілактичних заходів.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні причин виникнення, частоти, характеру та локалізації травматичних ушкоджень у школярів і на цій основі сформулювати заходи прогнозування і профілактики дитячого травматизму у процесі фізичного виховання школярів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрианов В.Л., Веселов Н.Г., Мирзоева И.И. Организация ортопедической и травматологической помощи детям. – Л.: «Медицина», 1988. – 240с.
2. Аненков В.Н. О едином подходе к вопросу детского травматизма //О.Т. и П. – 1982. – № 4. – С. 53-55.
3. Башкиров В.Ф. Причина травм и их профилактика //Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 9. – С.33-35.
4. Бех І.Д. Проблеми фізичного виховання і розвитку школярів та забезпечення їхнього здоров'я //Журнал АМН України. – 2001. – Т.7.– № 3.– С.487-494.
5. Воробьёв Г. П. Почему возникают травмы и как их предупредить //Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 9. – С. 31-33.
6. Горлов А.А., Вишневецкая Е.К. Система профилактики травм у детей: психологические аспекты. //Педиатрия.– 1991.– № 1.– С. 69-73.
7. Грубар І.Я. Деякі аспекти травматизму дітей шкільного віку на сучасному етапі //Молода спортивна наука України: Зб.наук. статей.– Львів 2002.–№ 6.–Т 2.– С. 201-205.
8. Грубар І.Я. Дитячий травматизм на заняттях фізичними вправами //Молода спортивна наука України: Зб.наук. статей.– Львів 2000.– № 4.– С. 165-167.
9. Грубар І.Я. Невирішені проблеми дитячого травматизму під час уроків фізичної культури //Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти.– Тернопіль, 2003.– С. 144-146.

Суходольський Володимир

Науковий керівник: доц. В.Г.Омельяненко

ВПЛИВ СПОРТИВНО-МАСОВИХ ЗАХОДІВ НА СТАН ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ 10-11-РІЧНИХ ШКОЛЯРІВ

Недостатня рухова активність дітей – серйозна проблема сьогодення, оскільки вона спричиняє зниження розумової та фізичної працездатності. Більшість школярів займаються фізичними вправами лише на уроках фізичної культури, що негативно відображається на їхньому здоров'ї. Саме тому проблема оптимізації процесу фізичного виховання школярів потребує постійного вдосконалення. Для цього доцільно використовувати найрізноманітніші форми спортивно-масової роботи, виховувати у дітей потребу в щоденних заняттях фізичними вправами.

Фахівці стверджують, що школярі, залучені до спортивно-масової роботи, успішніше опановують розділи навчальної програми з фізичної культури, мають значно вищі показники у

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

виконанні навчальних нормативів. Змагальна діяльність дає змогу реалізувати потребу школярів у самоутвердженні та самовдосконаленні й досягнути високих спортивних результатів, домогтися зміцнення власного здоров'я й підтримувати на високому функціональному рівні фізичні сили [1-6].

Необхідність дослідження проблеми організації спортивно-масової роботи зі школярами пояснюється поступовим зниженням в учнівської молоді інтересу до фізичної культури, тренувань у спортивних секціях, фізкультурних гуртках та до самостійних занять у школі й за місцем проживання.

Актуальним залишається подальше наукове обґрунтування спортивно-масової роботи зі школярами; обґрунтування та підвищення освітнього значення спортивно-масової роботи зі школярами; пошук нетрадиційних методів організації спортивно-масової роботи зі школярами, шляхом врахування їх спортивних інтересів і широкого застосування популярних видів спорту.

Необхідність розв'язання суперечностей між потребами суспільства, самої особистості школяра в збереженні та зміцненні здоров'я й існуючими методами організації спортивно-масової роботи зі школярами визначило *мету* дослідження – обґрунтувати ефективність впливу спортивно-масових заходів на стан фізичної підготовленості 10-11-річних школярів.

На першому етапі дослідження вивчали спеціальну літературу, проводили педагогічні спостереження, бесіди. Склали план спортивно-масової роботи на навчальний рік (табл.1).

Таблиця 1.

№ з/п	Заходи	Термін проведення	Місце проведення
1	Тиждень фізичної культури і спорту присвячений Дню фізичної культури і спорту України: легкоатлетична естафета; олімпійський урок; гантельний спорт.	вересень	Спортивний майданчик
2	«Кращий рятувальник», спортивне свято до Дня рятувальника («Школа безпеки»)	17 вересня	Спортивний майданчик
3	Змагання «Юний козак» до Дня українського козацтва і захисника України.	Жовтень	Спортивний майданчик
4	Змагання з чотириборства: Біг 30 м (с); Підтягування (хлопці), згинання та розгинання рук в упорі лежачи (дівчата); Човниковий біг 4×9 м; Метання малого м'яча на дальність	Листопад	Спортивний зал
5	День здоров'я «Молодь за здоровий спосіб життя»	Грудень	Спортивний зал
6	«Баскетбольний снайпер»	Грудень	Спортивний зал
7	Змагання з настільного тенісу	Грудень	Вестибюль школи
8	Спортивне свято «Зимові забави»	Січень	Вестибюль школи
9	Конкурс ранкової гімнастики «Здоровим будь»	Січень	Вестибюль школи
10	Змагання з шашок	Січень	Навчальна аудиторія
11	«Мама, папа, я – спортивна сім'я»	Лютий	Спортивний зал
12	Товариська зустріч з малюкболу	Лютий	Спортивний зал
13	Змагання з бадмінтону	Березень	Спортивний зал
14	Змагання з дартсу	Березень	Спортивний зал
15	«Футбольний віртуоз»	Квітень	Спортивний майданчик
16	Спортивно-масовий захід із залученням батьків «Туристична смуга перешкод»	Квітень	Спортивний майданчик
17	Туристичний похід із залученням батьків	Квітень	
18	Змагання з загальної фізичної підготовки: рівномірний біг без урахування часу; стрибок у довжину з місця; Піднімання тулуба в сід за 30 с	Травень	Спортивний майданчик
19	Легкоатлетичний крос до Дня захисту дітей	травень	Спортивний майданчик

Після реалізації календарного плану спортивно-масових заходів нами було проведено повторне тестування з метою визначення рівня фізичної підготовленості у п'ятикласників, які брали участь в експерименті.

Результати випробовувань свідчать про те, що у дітей дослідних груп практично всі показники покращились. При цьому їх величини та якість були неоднакові.

Проаналізувавши результати повторного тестування, ми спостерігаємо значне покращення показників фізичної підготовленості в учнів експериментальної групи. Тут як у хлопчиків, так і у дівчаток покращились показники рівномірного бігу без урахування часу, відповідно на 37 і 62 %; згинання і розгинання рук в упорі лежачи – 57 і 50 %; бігу на 30 м – 8 і 6 %; піднімання тулуба в сід за 30 секунд – 77 і 87 %; нахилу тулуба вперед із положення сидячи – 200 %. Не змінилися або навіть погіршилися показники стрибка у довжину з місця – -2 і -3 % і човникового бігу 4×9 м – 3 і -4 %, які на початку педагогічного експерименту відповідали високому рівню компетентності.

В контрольній групі також як у хлопчиків, так і у дівчаток покращились, але значно менше, показники рівномірного бігу без урахування часу, відповідно на 24 і 50 %; згинання і розгинання рук в упорі лежачи – 14 і 16 %; бігу на 30 м – 2 і 0 %; піднімання тулуба в сід за 30 секунд – 33 і 50 %. Не змінилися або навіть погіршилися показники стрибка у довжину з місця – -3 і -3 % і човникового бігу 4×9 м – 3 і -0,8 %; нахилу тулуба вперед із положення сидячи – 0 %. які на початку педагогічного експерименту відповідали високому або середньому рівням компетентності.

Співставивши зі шкалою оцінки результатів випробовувань фізичної підготовленості ми помітили, що після апробації експериментальної програми фізична підготовленість дітей експериментальної групи покращилась і відповідає достатньому рівню компетентності, тоді як фізична підготовленість дітей контрольної групи знаходиться на вихідному середньому рівні.

Таким чином, реалізація календарного плану спортивно-масових заходів, а також регулярна робота з обліку й контролю за ростом показників фізичних якостей підлітків, проведена протягом навчального року, покращили рівень цих показників.

Аналіз одержаних у ході експериментальної роботи даних доводить, що проведення спортивно-масових заходів позитивно впливає на стійкість і стабільний ріст результатів фізичної підготовленості підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2001. 384 с.
2. Головка І. Організація спортивної та позакласної роботи у школі. *Здоров'я та фізична культура*. 2014. № 18. С. 4-5.
3. Іванова Л. І., Єрмолаєва В. М. Фізкультурні свята. Харків : ТОРСІНГ ПЛЮС, 2008. 176 с.
4. Коцан І., Бичук О. Фізкультурно-оздоровча робота з молодшими школярами в режимі навчального дня. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. № 4 (16), 2011. С.37-42.
5. Організація та методика спортивно-масової роботи : навч. посіб. / укладачі : В. В. Цибульська, Г. В. Безверхня. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 220 с.
6. Соя М., Презлята Г., Човган Р. Теоретико-методичне обґрунтування розвитку соціальної активності підлітків засобами фізичної культури. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура* : зб. праць. Вид-во Прикарп. нац. ун- ту ім. В. Стефаника, 2011. Вип. 13. С. 63-71.

Тищенко Владислава

Науковий керівник: викл. Сопотницька О.В.

ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СУЧАСНОМУ ВОЛЕЙБОЛІ

Сучасний волейбол і специфіка змагальної діяльності пред'являє великі вимоги до дій спортсменів: боротьба яка ведеться при великій напрузі фізичних та психічних сил; гравець повинен чітко уявляти, прогнозувати ігровий епізод, ігрову ситуацію і весь матч в цілому; по можливості володіти інформацією про якість ігрової підготовленості суперників та їх