

гравці удосконалюють власну майстерність, що виражається в ефективності техніко-тактичних дій.

Автор пропонує здійснювати моделювання змагальної діяльності в тренувальному процесі, виходячи з виділених їм рівнів ігрового протиборства. Відповідно до цих рівнів розроблена система тренувальних завдань:

а) тренувальні завдання локальної дії (ігрові дії на переключення - 1 рівень ігрового змагального протиборства);

б) тренувальні завдання регіональної дії (ігрові дії в ситуаціях взаємодії і протидії - 2 рівень ігрового змагального протиборства);

в) тренувальні завдання глобальної дії (ігрові фази, фрази - 3 і 4 рівні ігрового змагального протиборства).

Класифікація тренувальних завдань, що відбивають рівні ігрового змагального протиборства, включає семантику ігрових дій, зміст ігрових фраз (епізодів, мікропоединків) виступає як інформаційний контур ігрового мислення, ігрові фази є об'єктами формування ритмо-темпової структури протиборства, а ігрові ситуації визначають логико-семантичне простір гри.

Автор рекомендує в процесі багаторічної підготовки юних волейболістів на етапі навчання планувати до 80% тренувальних завдань, що моделюють основні рівні ігрового змагального протиборства, з них 65% відводити на перші три рівні, оскільки головне завдання цього етапу навчання полягає в створенні фундаменту техніко-тактичної майстерності.

Узагальнюючи погляди науковців ми бачимо, що ігрова діяльність волейболістів визначається як керована свідомістю психічна та фізична активність, спрямована за допомогою техніко-тактичних дій на досягнення перемоги над суперником в умовах специфічного протиборства і при дотриманні встановлених правил. В основі її змісту лежать ігрові дії, які реалізуються через моделі різних ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волейбол: сб. ст. под ред. Ю. Н. Клещева. Москва. Физкультура и Спорт. 1983. 93 с.
2. Железняк Ю. Д. Структура соревновательной игровой деятельности как основа построения тренировочного процесса волейболистов. Теория и практика физической культуры. 1988. № 6. С. 32–35.
3. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. Киев. Здоровья. 1977. 181 с.
4. Клещев Ю. Н., Иванченко Т. Д., Смирнов Ю.И. Педагогическая оценка игровой деятельности волейболистов. Учебное пособие для слушателей ФПК и ВШТ. Москва. ГЦОЛИФК. 1983. 34 с.
5. Кулясов А. М. Структура соревновательной деятельности как основа интегрального обучения технико-тактическим действиям юных волейболистов учебно-тренировочные группы: автореф. дис. кан. пед. наук. Москва. 1990. 24 с.
6. Топышев О. П. Педагогические аспекты совершенствования деятельности спортсменов в игровых видах спорта: автореф. дис.. д-ра пед. наук. Москва. 1989. 44 с.
7. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. Киев. Вища школа. 1984. 390 с.
8. Шулятьев В. М. Теоретико-методические и организационные основы подготовки резервов квалифицированных волейболистов: дис. ... д-ра пед. наук. Омськ. 1997. 323 с.

Турчин Юрій

Науковий керівник: доц.Наумчук В. І.

ВІДПОВІДНІСТЬ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ПЕДАГОГІЧНИМ МОЖЛИВОСТЯМ ГРИ

Використання можливостей гри у становленні особистості школяра є завжди актуальною ідеєю, яка належним чином відображає сутність дитини та її зв'язок з навколишнім світом. За твердженням Л. Виготського, Д. Ельконіна, О. Леонтьєва, Е. Майнберга, С. Рубінштейна, Ж. Піаже та інших науковців гра виступає оптимальною моделлю поведінки людини, що дозволяє цілісно пізнавати світ, самого себе та готуватися до наступних перетворень.

У процесі фізичного виховання школярів представлено широке коло різноманітних ігор, провідне місце серед яких займають їх рухливі та спортивні різновиди. Рухливі ігри постають

осмисленою діяльністю, спрямованою на розв'язання певних рухових завдань в умовах, які швидко змінюються. Їх провідною ознакою є активні й креативні рухові дії, що забезпечують досягнення поставленої мети і обумовлені сюжетом гри [1,2,4,7]. У свою чергу, спортивні ігри розглядаються фахівцями як вищий рівень розвитку рухливої діяльності.

Для учнів першого класу гра уможливорює доволі швидко та безболісну адаптацію до школи, дозволяє уникнути різких змін при переході до навчальної діяльності. Адже для 6-7-річної дитини гра є зрозумілим й доступним способом пізнання оточуючої дійсності і має своє внутрішнє продовження у навчанні та праці [8]. Ігрова діяльність забезпечує послідовність та наступність дошкільного і шкільного періодів розвитку особистості, а значить й безперервність та належне функціонування національної ступеневої освіти і виховання.

Ігрова діяльність значною мірою сприяє фізичному розвитку молодших школярів. Рухливі ігри є найбільш відповідною дитячому вікові і завданням фізичного виховання формою прояву рухової активності. Цінність рухливих ігор полягає в тому, що одночасно вони можуть впливати на моторну і психологічну сферу тих, хто займається. Ігри сприяють також і моральному вихованню. Повага до суперника, почуття товариства, чесність спортивних змагань, прагнення досконалості – усі ці якості можуть успішно формуватися під час рухливих ігор.

Рухливі ігри є важливою складовою педагогічного впливу на дітей молодшого шкільного віку. У них закладений значний потенціал для реалізації широкого спектра завдань становлення всебічно й гармонійно розвинутої особистості. Використання рухливих ігор дозволяє формувати в учнів початкової школи такий спосіб життя, який ґрунтується на радості від проявлених зусиль, освітній цінності доброго прикладу, повазі до універсальних, фундаментальних етичних принципів. Виступаючи одним із основних засобів і методів фізичного виховання, рухливі ігри сприяють удосконаленню навчально-виховного процесу школярів, забезпечують сприятливі умови для зміцнення здоров'я дітей, розвитку їх духовного та інтелектуального потенціалу, вправного оволодіння руховими діями, розвитку фізичних здібностей.

Мета статті – провести аналіз навчальної програми предмета «Фізична культура» для учнів першого класу щодо відповідності її змісту та вимог педагогічним можливостям гри.

Чинна навчальна програма предмета «Фізична культура» для учнів 1-4 класів передбачає набуття школярами досвіду діяльності – навчально-пізнавальної, практичної, соціальної, формування у них стійкої мотивації і потреби у збереженні й зміцненні здоров'я, фізичне вдосконалення, а також комплексний розвиток природних здібностей та моральних якостей [9]. Вона розроблена відповідно до вимог Державного стандарту початкової загальної освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 462 від 20 квітня 2011 року. Реалізація програми спрямована на розвиток мислення, міжособистісних взаємин, творчої співпраці всіх учасників навчально-виховного процесу, що забезпечується, у тому числі, й можливостями гри.

Навчальний матеріал у програмі розподілений не за видами спорту, а за способами рухової діяльності, що дозволяє школярам на цьому етапі навчання опановувати основи рухових дій, а в майбутньому – удосконалюватися в обраному виді спорту. Власне рухливі ігри складають окремий розділ – «Ігри для активного відпочинку» і включені також в інші способи рухової діяльності учнів початкової школи. Окрім того, у змісті нормативного документу зазначається, що «навчати молодших школярів руховим діям доцільно, застосовуючи переважно ігровий метод. Це сприятиме створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять фізичною культурою» [9, с. 4].

Пропонований навчальний матеріал для учнів першого класу включає близько п'ятдесяти рухливих і народних ігор, ігрових вправ та завдань, естафет, елементів окремих спортивних ігор тощо. Перелік власне рухливих ігор складають такі, як: «Лінива кішечка», «Пустотливі щічки», «Лимон», «Палуба», «Пташки», «Слухай сигнал», «Театр звірів», «Життя лісу», «Літає – не літає», «На свої місця», «Швидко стати в шеренгу», «Переліт птахів», «Секретне завдання», «Тихо-гучно», «Мандрівка оплесків», «Ой, у полі жито», «По гриби», «До своїх прапорців», «Ми весела дітвора», «Виклик номерів», «Вовк у рові», «Будиночки», «Іподром», «Горобці й ворони», «Ловіння мавп», «Садіння картоплі», «Хто влучніше?», «Гравець у колі», «Влучно в ціль», «Хвостики», «Жонглери», «Передав – сідай!», «Займи вільне коло»,

«Приборкувач м'яча», «Гарячий м'яч», «Вибивний», «Донеси м'яч», «Хто більше?», «Стрибунці-горобчики», «Стрибки по купинах», «Через зони».

Аналіз навчальної програми показує, що у процесі фізичного виховання молодших школярів ігровому матеріалу відводиться чинне місце. Зокрема представлена достатня кількість рухливих ігор, елементи базових спортивних ігор, а також різноманітні ігрові завдання та вправи. Проте лише у двох із семи запропонованих для учнів першого класу способів рухової діяльності (розділів програми) безпосередньо представлені рухливі ігри. Це розділ № 5 «Ігри для активного відпочинку» та розділ № 1, пов'язаний з формуванням культури рухів з елементами гімнастики [9]. При цьому використання рухливих ігор спрямоване переважно на релаксацію, активний відпочинок та розв'язання оздоровчих завдань. Розділи програми, що передбачають оволодіння навичками переміщень (включно зі стрибками), володіння м'ячем та розвиток фізичних якостей не містять жодної рухливої гри.

І хоча наявний у навчальній програмі перелік рухливих ігор дозволяє загалом впливати на розвиток фізичних якостей, то спектр та характеристика запропонованих ігор суттєво обмежує їх педагогічні можливості для розв'язання цього завдання. Відповідність змісту й педагогічних характеристик рухливих ігор можливостям їх цілеспрямованого впливу на виховання пружкості, спритності, сили, гнучкості та витривалості є доволі нерівномірною. Так, якщо використання більшості рухливих ігор, що пропонує чинна навчальна програма, дозволяє сприяти розвитку спритності і пружкості, то для виховання сили та гнучкості можна обрати з наявного переліку лише 3-4 гри, а саме: «Лінива кішечка», «Життя лісу», «Стрибунці-горобчики», «Стрибки по купинах». А така фізична якість як витривалість взагалі залишається поза увагою.

Інтенсивність річних темпів зростання фізичних якостей першокласників в умовах спрямованого фізичного виховання за даними О. І. Кравчука є такою: спритність – 0,6 умовних одиниць (у.о.); пружкість – 0,6 у.о.; сила – 0,9 у.о.; гнучкість – 1,1 у.о.; витривалість – 1,3 у.о. [3]. Умовна одиниця відображає інтенсивність темпів зростання: $\geq 1,5$ – свідчить про прискорене зростання; $\geq 1,0$ – про помірне зростання; $< 1,0$ – про повільне зростання. Указані показники визначають сенситивним періодом для розвитку в учнів першого класу, насамперед, витривалості та гнучкості, що вступає у протиріччя з вище проведеним аналізом переліку рухливих ігор з чинної навчальної програми.

Окрім того, реалізація рухливих ігор у фізичному вихованні першокласників має забезпечувати, у тому числі, й формування «школи рухів». Згідно з переліком основних рухових дій, що обумовлені закономірностями формування рухових здібностей молодших школярів, цей комплекс складають рухи ногами і руками, ходьба, біг, рівновага, стрибки, метання і лазіння [5,6]. Для становлення та розвитку вказаних рухових дій можна використати такі рухливі ігри з чинної навчальної програми:

- рухи ногами і руками: «Тихо-гучно», «Ой, у полі жито», «Театр звірів», «Життя лісу», «Літає – не літає», «Садіння картоплі»;

- ходьба та біг: «Слухай сигнал», «На свої місця», «Швидко стати в шеренгу», «Секретне завдання», «По гриби», «До своїх прапорців», «Ми весела дітвора», «Виклик номерів», «Будиночки», «Іподром», «Горобці й ворони», «Ловіння мавп», «Хвостики», «Донеси м'яч»;

- стрибки: «Хто більше?», «Вовк у рові», «Стрибунці-горобчики», «Стрибки по купинах», «Через зони»;

- лазіння: «Переліт птахів»;

- рівновага: «Палуба»;

- метання: «Хто влучніше», «Гравець у колі», «Влучно в ціль», «Займи вільне коло», «Приборкувач м'яча», «Гарячий м'яч», «Вибивний».

Якщо для спрямованого формування рухових дій, пов'язаних з ходьбою, бігом, рухами верхніх та нижніх кінцівок та метанням можна задовольнитися комплексом рухливих ігор з чинної навчальної програми, то для розвитку навичок лазіння й встановлення рівноваги його буде вже недостатньо.

Проведений аналіз навчальної програми предмета «Фізична культура» для учнів 1-4 класів показує, що вона потребує вдосконалення. Зокрема цей нормативний документ певним чином обмежує педагогічні можливості рухливих ігор у фізичному вихованні першокласників. Представлений перелік ігор не забезпечує комплексне розв'язання оздоровчих, навчальних та

виховних завдань. В умовах належної реалізації оздоровчих можливостей рухливих ігор, їх навчальний та виховний потенціал стримується чинною програмою, що визначає необхідність пошуку шляхів розв'язання означеної проблеми.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Демчишин А. П., Артюх З. М., Демчишин В. А., Фалес І. Г. Рухливі та спортивні ігри в школі. Київ: Освіта, 1992. 175 с.
2. Коротков І. М., Былеева Л. В., Климкова Р. В. Подвижные игры. Москва: СпортАкадемПресс, 2008. 229 с.
3. Кравчук А. И. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста (научно-методические и организационные основы гармоничного дошкольного комплексного физического воспитания). Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1998. Ч. 2, 3. 238 с.
4. Мудрик С. Б. Рухливі ігри на уроках фізичної культури. Луцьк: Надстир'я, 1996. 155 с.
5. Мухина М. П., Кравчук А. И. Физическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях концентрированного обучения двигательным действиям. Омский научный вестник. 2006. № 5 (39). С. 244-249.
6. Мухина М. П. Закономерности формирования двигательных способностей младших школьников в условиях комплексного физического воспитания. Международный научно-исследовательский журнал. № 7(49). Ч. 2. С. 46-49. DOI: <https://doi.org/10.18454/IRJ.2016.49.135>
7. Наумчук В. І. Використання рухливих і навчальних ігор у спортивній підготовці юних футболістів. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2018. № 1 (63). С. 47 – 52. DOI: 10.15391/snsv.2018-1.08
8. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. Київ: Генеза, 1999. 366
9. Фізична культура. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>

Харкавий Віталій

Науковий керівник: доц. Омеляненко В.Г.

ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ КИДКІВ БАСКЕТБОЛІСТАМИ ГРУПИ ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Сучасний рівень спортивних досягнень у баскетболі надзвичайно високий і має явну тенденцію до подальшого зростання технічної та тактичної майстерності баскетболістів. Щоб досягти рівня вищих спортивних досягнень у баскетболі або його перевершити, потрібно подальше удосконалення системи підготовки команди і гравців.

Технічна підготовка в баскетболі, особливо у нападі, є визначальним компонентом тренувального процесу, тому що дозволяє розкрити найбільш сильні індивідуальні якості гравця. Проте рівень технічної підготовленості висококваліфікованих баскетболістів, в тому числі і членів студентських збірних вузів та взагалі студентських збірних країни, все ще не відповідає належним вимогам. У зв'язку з чим досить актуальним є пошук більш ефективних засобів і методів удосконалення дій баскетболістів в атаці та захисті.

Аналіз спеціальної літератури з проблеми технічної підготовки баскетболістів показав, що при виконанні технічних прийомів, особливу увагу необхідно звертати на помилки при виконанні кидків, оскільки кидки є одним з головних технічних прийомів баскетболу і мають складну структуру [1, 2, 3].

Вдосконаленням кидкової підготовки займалося багато науковців в галузі баскетболу, але ці дослідження були присвячені більше спорту високих досягнень, у студентському ж баскетболі дана проблема розкрита недостатньо повно і потребує розробок нових методик, що підтверджує актуальність обраної теми дослідження, **мета** якого – обґрунтувати ефективність сформованої методики кидкової підготовки в навчально-тренувальному процесі баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності.

Аналіз спеціальної літератури дозволив сформулювати експериментальну методику кидкової підготовки баскетболістів групи підвищення спортивної майстерності, яка включає: засоби, методи, принципи спортивного тренування; послідовність вивчення технічних елементів; створення спеціальних умов і застосування методичних прийомів.