

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті подані результати теоретичного дослідження послідовності вивчення спортивних ігор молодшими підлітками у процесі фізичного виховання в школі. Проаналізовано дані дослідників стосовно сприятливого віку занять волейболом та гандболом. Охарактеризовано особливості вивчення волейболу та гандболу у загальноосвітньому навчальному закладі. Розглядається питання «концентрованого» вивчення спортивних ігор учнями 4-5 класів.

Ключові слова: спортивні ігри, волейбол, гандбол, фізичний стан, навчальний рік, рухливі ігри, програма з фізичної культури.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Необхідність вдосконалення існуючих і розроблення нових технологій, методик вивчення елементів волейболу та гандболу, виходячи із потреби їх якнайшвидшої реалізації як цілісної гри у процесі фізичного виховання учнів четвертих-п'ятих класів, зумовлена недостатністю дослідження цієї проблеми. Першочергової відповіді тут потребують питання, пов'язані із педагогічними умовами, реалізація яких сприятиме підвищенню ефективності спортивних ігор у вирішенні завдань фізичного виховання учнів на сучасному етапі [13].

Конкретизуючи останнє відзначаємо, що деякими питаннями в означеному напрямі є: оптимальний розподіл протягом певного періоду, окремого навчального року та організація уроків фізичної культури, зміст яких передбачає вивчення спортивних ігор; вибір ефективних засобів навчання цим іграм, урахуваючи визначену програмами [16; 26] необхідність комплексного вирішення завдань фізичного виховання, передусім зазначеного та пов'язаного із фізичною підготовкою учнів; визначення інших педагогічних умов, реалізація яких забезпечить покращення їх фізичного стану під час навчання у четвертих-п'ятих класах.

Формулювання цілей дослідження:

Мета та завдання дослідження полягає у теоретичному аналізі літературних джерел щодо питання початкового вивчення спортивних ігор у загальноосвітньому навчальному закладі.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання учнів 4–5 класів.

Предмет дослідження – спортивні ігри, як засіб фізичного виховання учнів 4–5 класів.

Методи та організація дослідження. Під час дослідження використовували загальнонаукові методи: аналіз, синтез, узагальнення, систематизацію, порівняння. Опрацьовували наукові та документальні літературні джерела.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведений у зв'язку із першим питанням аналіз наявної інформації засвідчив, що

зміст чинних програм з фізичної культури школярів у країнах близького зарубіжжя [8; 24; 25; 27] засвідчує реалізацію у них підходу, що є аналогічним існуючому раніше, – навчальний матеріал зі спортивних ігор, а саме прийомі гри у волейбол, гандбол, футбол і баскетбол, учні починають опановувати з п'ятого класу, тобто із 10–11 років.

Інший підхід реалізовано у вітчизняних програмах [16; 26], – вивчення практично тих самих спортивних ігор (за винятком настільного тенісу), але у такій послідовності: початкова школа – починаючи з першого класу вивчення елементів футболу, з другого – елементів баскетболу, з четвертого – додатково елементів гандболу; основна школа – починаючи з п'ятого класу, крім представлених у попередньому році навчання, також оволодіння прийомами гри у волейбол.

Отже українські діти, навчаючись у четвертому-п'ятому класах, починають вивчати по одній новій спортивній грі, а саме гандбол і волейбол відповідно, тоді як учні вищезазначених країн близького зарубіжжя у четвертому класі не вивчають жодної, у п'ятому – одразу чотири протягом одного навчального року. Іншими словами, програми з фізичної культури учнів четвертих-п'ятих класів, що сьогодні реалізуються в країнах близького зарубіжжя й Україні відрізняються, крім іншого, також кількістю спортивних ігор, які на початковому етапі їх вивчення опановують учні протягом одного навчального року, та періоду навчання, з якого розпочинається вивчення елементів гандболу і волейболу.

Початок вивчення спортивних ігор з п'ятого року навчання у школі (відповідає віку дітей 10–11 років) ґрунтується на рекомендаціях теорії спортивного відбору про сприятливість цього періоду для означеної діяльності [12; 14]. Основу рекомендацій складають, передусім дані про анатомо-фізіологічні особливості дітей на цьому етапі розвитку, а саме про готовність їх систем організму до специфічної спортивно-ігрової діяльності [20].

Детальнішим аналізом даних щодо сприятливого періоду для початку занять волейболом виявлено, що одні дослідники [2] таким вважають вік 12–15 років, за даними інших [6] – це 11–12 років або [1; 22] 10–11 років. Разом з тим рекомендується [5] розпочинати вивчення прийомів волейболу вже у 8–9 років, а окремі фахівці [21] відзначають можливість реалізації спрощеної ігрової діяльності із використанням прийомів волейболу під час занять дітей навіть 7 років.

У питанні сприятливого періоду для початку вивчення іншої спортивної гри, а саме гандболу, рекомендації [14] свідчать про доцільність початку таких занять із 13–18 років, за даними інших дослідників [2; 7] – із 13–15 років. Водночас виявили інформацію [22], згідно якої починати вивчення прийомів гандболу можна із 11–12 років або навіть [23]– із 9–10 років.

Отже всі розглянуті програми з фізичної культури школярів при визначенні віку для початку вивчення спортивних ігор орієнтуються на рекомендації фахівців зі спортивного відбору, а виявлена у цьому питанні відмінність вітчизняних та програм країн близького зарубіжжя зумовлена врахуванням різних позицій. Водночас отримані дані засвідчують, що вік 8–9 років є однаково сприятливим для початку вивчення прийомів гри як у гандбол, так і волейбол, тобто не пояснюють визначеного вітчизняними

програмами початку вивчення цих спортивних ігор у школі, а саме із третього та четвертого класів відповідно.

Проведений у зв'язку із останнім аналіз наявних даних засвідчує, що головною причиною встановленої послідовності є більша схожість гандболу та баскетболу і волейболу, за метою ігрової діяльності (м'ячем влучити у ціль), біомеханічною структурою деяких прийомів (ведення м'яча, зупинки, переміщення) і тактичних дій команд [23].

Проте така позиція не відображає всіх аспектів проблеми. Зокрема поза увагою залишається комплекс важливої інформації, передусім про дуже високий рівень контактності гандболу, що разом з максимальними швидкостями, на яких відбувається гра, створює високу ймовірність одержання ушкоджень і травм. Водночас це може призвести до виникнення іншої негативної тенденції, – зниження зацікавленості й інтересу учнів до цієї ігрової діяльності [12; 18].

Крім цього необхідно враховувати дуже низьку здатність 8–9-річної дитини правильно утримувати гандбольний м'яч (навіть найменшого (першого) розміру) у зв'язку із віковими особливостями розміру долоні, а виходячи із цього – невисоку якість виконання найбільш важливих для ефективного ігрової діяльності прийомів: кидків, передач, ловінь м'яча.

Порівняння наведених даних і виявлених у спеціальній літературі [11] щодо особливостей волейболу як виду ігрової діяльності та вивчення його прийомів на початковому етапі засвідчують, що ця спортивна гра позбавлена більшості вищезазначених недоліків, а значить у загальноосвітньому навчальному закладі доцільно вивчати її елементи раніше ніж елементи гандболу.

Що стосується характерних для практики фізичного виховання у загальноосвітньому навчальному закладі підходів до вивчення спортивних ігор, то тут виявлено таке. Одночасний (протягом одного начального року) початок вивчення учнями п'ятих класів прийомів усіх пропонованих спортивних ігор відзначається швидше недоліками ніж позитивними моментами. Це пов'язано із комплексом причин, основними з яких є такі.

Будь-яка спортивна гра, за умови, що діти мають інтерес й бажання займатися нею, буде високоефективним засобом вирішення завдань фізичного виховання у школі лише у випадку її реалізації як цілісної рухової діяльності [11; 17]. Для досягнення цього діти повинні володіти необхідною кількістю прийомів гри на рівні навичок.

Водночас вивчення цих прийомів відбувається (згідно програм з фізичної культури) протягом декількох років. Досвід учителів фізичного виховання свідчить, що більшість пропонованого [16; 26] матеріалу певної спортивної гри, необхідного для реалізації відносно повноцінної ігрової діяльності, діти вивчають протягом двох, максимум – трьох років.

Проте вивчення цього матеріалу по частинах у різних класах не забезпечує досконалого володіння учнями прийомами, оскільки переходячи із класу в клас вони забувають вивчений раніше матеріал, що зумовлює необхідність його повторення. Основна

причина такого стану – попереднє вивчення не передбачає належного закріплення техніки вивчених прийомів; воно відбувається у наступний рік навчання, тобто після тривалої перерви, а її наслідком є забування і втрата набутих раніше умінь, а також необхідність витратити час уроків і зусилля дітей на повторення вивчених у попередньому класі прийомів [11].

Крім цього учням не подобається постійно лише вивчати прийоми гри без використання їх у ігровій діяльності, оскільки вони прагнуть саме останньої. У зв'язку із цим зазначається [23], що діти з інтересом ставляться до вивчення прийомів спортивної гри лише за умови близької перспективи використати їх під час гри. Зокрема зазначається [28], що результат навчання, який виявляється лише в ігровій діяльності, складає основу формування в них мотиву досягнення успіху, забезпечує високі фізичну працездатність і бажання виконувати запропоновані рухові завдання.

У зв'язку із зазначеним необхідно прагнути до створення ситуації, за якої діти зможуть застосувати вивчений матеріал у практичній, а саме ігровій діяльності. Зважаючи на одночасне вивчення протягом одного навчального року одразу чотирьох спортивних ігор вирішити зазначене завдання не виявляється можливим.

З іншого боку не менш важливим є те, що на вивчення прийомів цих спортивних ігор учитель спрямовує більшість часу уроків фізичної культури із відповідним змістом. Ураховуючи, що техніку рухових дій діти вивчають під час проходження також інших розділів програми, та дані [12; 14] про апіорі низьку моторну щільність під час проходження розділу «Гімнастика», стає очевидним, що значна кількість уроків фізичної культури протягом навчального року не відповідатиме оптимальним (у межах 70–80% від часу уроку) параметрам моторної щільності.

Означеної ситуації уникнути практично неможливо, оскільки вона є невід'ємною особливістю етапу початкового вивчення техніки рухових дій. У такому випадку дітям пропонують невисокі параметри фізичних навантажень, тобто не буде утворюватися необхідна адаптація, а значить не досягатиметься розвивальний ефект, що є визначальним у покращенні більшості показників фізичного стану.

Частково розв'язати проблему дозволяють рекомендації дослідників [9; 17] про необхідність використання на уроках фізичної культури різноманітних рухливих ігор, але передусім — для вдосконалення техніки вивчених на уроці прийомів певної спортивної гри [19].

Проте це не вирішує проблеми підтримання на високому рівні інтересу дітей до вивчення прийомів певної спортивної гри протягом серії уроків такої спрямованості, який зумовлений близькою перспективою використати їх під час відповідної ігрової діяльності. Зазначене пов'язано із застереженнями щодо поспішного використання двосторонньої гри. Ці застереження зумовлені методичними особливостями навчального процесу, а саме необхідності на належному рівні оволодіти технікою виконання прийомів, правилами і самою грою. В іншому випадку, не знаючи правил, діти будуть просто бігати за м'ячем по майданчику, а виконання прийомів гри без їх достатнього вивчення, сприятиме формуванню неправильних навичок.

Крім цього, наявний інтерес учнів до спортивної гри, під час уроків зазначеного змісту та вивчення нових прийомів знижується саме внаслідок низького ефекту ігрової діяльності, а деякими із основних причин цього є формування відповідної мотивації та вищезазначена відсутність необхідної технічної, тактичної підготовленості, знань правил гри.

Певною мірою усунути зазначені негативні моменти можна реалізуючи підхід, що використовується у практиці фізичного виховання учнів молодших класів шкіл США та передбачає їх знайомство з елементами визначених програмою спортивних ігор раніше (у попередньому навчальному класі) початку поглибленого вивчення за допомогою різноманітних рухливих ігор [15].

Інший напрям розв'язання означеної проблеми частково реалізується у програмі з фізичної культури учнів початкової школи [16], а саме який передбачає вивчення визначених спортивних ігор не одночасно протягом одного навчального року, а поступово, тобто одну за одною протягом декількох років навчання. Зокрема, як зазначалося раніше, починаючи із першого класу вивчаються прийоми гри у футбол, починаючи з третього – додатково елементи баскетболу, четвертого – крім зазначених також гандболу, після чого у середній школі (починаючи з п'ятого класу) – додатково волейболу.

Водночас зміст цієї програми лише частково враховує інший важливий аспект проблеми, що розглядається, а саме якнайшвидше використання вивчених прийомів безпосередньо в ігровій діяльності. Підтверджують зазначене такі дані. Досвід практиків [3; 4] свідчить, що на початковому етапі вивчення у школі елементів певної спортивної гри, їхня реалізація у вигляді ігрової практики може відбуватись, у середньому, після 8–10 уроків такого змісту. Ураховуючи зміст навчального матеріалу, пропонований програмою у початковій школі [16] та учням п'ятих класів [26], реалізація зазначеного можлива, щонайменше на наступний (після початку вивчення) навчальний рік.

У зв'язку із зазначеним перспективним видається методичний підхід, що передбачає «концентроване» вивчення спортивних ігор. Основна ідея підходу полягає у тому, що протягом одного навчального року діти вивчають всі найбільш важливі елементи певної спортивної гри так, щоби наприкінці їх ефективно використовувати у вигляді повноцінної ігрової діяльності [11]. Цією авторкою експериментально доведена висока ефективність зазначеного методичного підходу під час навчання учнів шостих класів прийомам гри у баскетбол. Зокрема використання запропонованої нею технології дозволило одержати значно вищі ніж при використанні традиційної методики результати: у якості вивчення і реалізації в ігровій діяльності визначених чинною програмою елементів; розвитку координації, витривалості, зорової пам'яті; покращенні показників поля зору кольорової і силуетної чутливості, спроможності утримувати, концентрувати, розподіляти увагу, критично і компетентно оцінювати власні досягнення в оволодінні навчальним матеріалом, навчити цій грі інших дітей.

Водночас необхідно відзначити відсутність рекомендацій, реалізація яких сприятиме покращенню фізичного стану учнів чет-

вертих-п'ятих класів загальноосвітньої школи засобами спортивних ігор. Необхідність зазначеного зумовлена тим, що відповідно вимог програм [16; 26] діти на цьому етапі навчання розпочинають вивчення двох нових спортивних ігор (гандболу і волейболу) та продовжують розпочате раніше вивчення інших двох – футболу і баскетболу. У зв'язку із зазначеним учитель повинен час значної частини уроків фізичної культури спрямувати на вирішення саме цих завдань, що автоматично призведе до суттєвого зниження їх моторної цільності, а значить зменшить ефективність у вирішенні іншого важливого завдання, – покращення фізичного стану учнів.

Висновки. Отже отримані дані свідчать про невирішеність проблеми, пов'язаної із пошуком ефективних підходів до покращення фізичного стану учнів четвертих-п'ятих класів засобами спортивних ігор з урахуванням положень «випереджувального навчання», ефективності використання традиційного (протягом декількох навчальних років) і «концентрованого» розподілу матеріалу спортивних ігор, а також визначенням педагогічних умов досягнення високого позитивного результату у вирішенні в комплексі означених завдань.

Список використаних джерел:

1. Волейбол : ученик [для вузов физ. культуры / под ред. А.Г. Айриянца]. – 2-е изд., доп. – М. : ФиС, 1976. – 230 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта : учебник [для студ. и преподав. вузов физ. восп. и спорта] / Волков Л.В. – К. : Олімп Л-ра, 2005. – 296 с.
3. Голомазов В.А. Волейбол в школе: пособие [для учителя] / В.А. Голомазов. – М. : Просвещение, 1976. – 123 с.
4. Гречин А.А. Гандбол в школе : учебно-метод. пособие [для учителей физ. культуры] / А.А. Гречин. – Минск : Початковая школа, 2008. – 192 с.
5. Железняк Ю.Д. Волейбол : метод. пособие / Железняк Ю.Д., Кунянский В.А., Чачин А.В. – М. : Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2005. – 112 с.
6. Ивойлов А.В. Волейбол : учебник [для ин-тов физ. культ.] / А.В. Ивойлов. – 3-е изд. испр. и перераб. – Минск : Высшейшая школа, 1985. – 261 с.
7. Клузов Н.П. Мини-гандбол: метод. рекомендации / Н.П. Клузов. – М. : Физкультура и спорт, 1999. – 144 с.
8. Коробейніков Г.В. Фізіологічні особливості формування фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку / Г.В. Коробейніков, Л.Г. Коробейнікова, Л.В. Ненашева // Вісник Черкаського університету. – 2002. – Вип. 39. – С. 64-69.
9. Крутяк О.Я. Від гри до здоров'я нації. Рухливі ігри, естафети на уроках фізичної культури : метод. посібник / О.Я. Крутяк, Н.П. Крутяк. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2000. – 80 с.
10. Кунянский В.А. Волейбол: о некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Кунянский. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 72 с.
11. Максимів Г.З. Технологія навчання гри в баскетбол учнів загальноосвітньої школи : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і сп. : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Г.З. Максимів. – Львів, 2007. – 20 с.
12. Методика физического воспитания / [под ред. Мейксона Г.Б., Любомирського Л.Е.]. – М. : Просвещение, 1989. – 143 с.
13. Морева Н.А. Современная технология учебного занятия / Н.А. Морева. – М. : Просвещение, 2007. – 158 с. – (Библиотека учителя).
14. Настольная книга учителя физической культуры / [под ред. проф. Л.Б. Кофмана]. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 496 с.

15. Осадчая Т.Ю. Физическое воспитание школьников в США : учеб. пособие [для студ. вузов физ. восп. и спорта] / Т.Ю. Осадчая, И.Г. Максименко. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – 144 с.
16. Основи здоров'я і фізична культура : програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–11 класи. – К. : Початкова школа, 2001. – 112 с.
17. Приступа Є. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика : монографія / Приступа Є., Слімаковський О., Лук'янченко М. – Дрогобич : Вимір, 1999. – 449 с.
18. Программа физического воспитания учащихся 1–11 классов, основанная на одном виде спорта (баскетбол) / Литвинов Е.Н., Виленский М.Я., Туркунов Б.И. – М., 1996. – 58 с.
19. Сембрат С.В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і сп. : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / С.В. Сембрат. – Львів, 2003. – 21 с.
20. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник [для студ. сред. и высш. уч. заведений] / А.С. Солодков, Е.В. Сологуб. – М. : Олимпия Пресс, 2005. – 528 с.
21. Спортивные игры : учебник [для студ. ф-ов физ. восп. пед. ин-тов / под ред. Н.П. Воробьева]. – М. : Просвещение, 1973. – 335 с.
22. Спортивные и подвижные игры : учебник [для студ. сред. и высш. уч. заведений / под ред. Ю.И. Портных]. – М. : ФиС, 1975. – 245 с.
23. Спортивные игры : учебник [для техникумов физ. культуры / под ред. Ю.И. Портных]. – 2-е изд., перераб. – М. : ФиС, 1977. – 382 с.
24. Физическая культура. Базисный образовательный план общеобразовательных учреждений РФ. – М. : Просвещение, 2005. – 10 с.
25. Физическая культура. Государственные стандарты 12-летнего среднего образования в Казахстане. – Астана : Республиканский научно-практический центр образования, 2004. – 40 с.
26. Фізична культура і здоров'я : програма фізичного виховання учнів загальноосвітнього навчального закладу. 5– 9 класи. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 110 с.
27. Физическая культура и здоровье : учебная программа для общеобразовательных учреждений с белорусским и русским языками обучения. – Минск : Национальный институт образования, 2008. – 65 с.
28. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд., стереотип. – СПб. : Питер ; М. : Смысл, 2003. – 860 с.

The article presents the results of theoretical studies sequence of study of sports games younger adolescents in the process of physical education in the General education school. Information of researchers is analyzed in relation to favorable age of engaged in volley-ball and handball Based on an analysis of programs for physical education in CIS countries (Russia, Belarus, Kazakhstan) made conclusions as to the initial study of sports games in these countries. Analyzed programs in physical culture at the time of independence of Ukraine concerning the initial stage of training volleyball and handball in secondary school. Characterized the initial study of sports games on the lessons of physical culture in the fifth grade. Identified key weaknesses in the initial study of sports games for one academic year. Proposed solutions to identified problems. Analyzed scientific literary and documentary sources regarding the absence of recommendations, implementation of which will contribute to the improvement of the physical condition of teenagers by means of sports.

Characterized by features of studying volleyball and handball in a secondary education institution. Considered «concentrated» the study of sports students 4–5 classes.

Key words: sports games, volleyball, handball, physical state, academic year, outdoor games, a program of physical training.

Отримано: 29.08.2014