

УДК 796.072

Вандишева Д.О.¹, Брухно Е.Л.², Чередниченко І.А.³

¹студент, НУ «Запорізька політехніка»

²старший викладач, НУ «Запорізька політехніка»

³канд. наук з фізичного виховання і спорту, доцент, НУ «Запорізька політехніка»

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВОГО ТА ЗМАГАЛЬНОГО МЕТОДІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Актуальність. В сучасній школі навчальний матеріал з фізичної культури спрямований на вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань, вдосконалення фізичних, психологічних та морально-вольових якостей учнів[2]. Систематичне та послідовне засвоєння технічних прийомів будь якої спортивної гри розвиває у школярів необхідну спритність, допомагає виконувати всі рухи без зайвого напруження точно і стабільно [3]. В умовах нової, сучасної школи це сприятиме набуттю наскрізних вмінь, які випускники шкіл можуть застосовувати у подальшому житті.

Методика проведення уроку з учнями 10-12 класів має певні особливості. Динаміка фізичних навантажень може набувати ознак спортивного тренування і в цьому випадку мало чим відрізняються від занять з дорослими людьми [1]. Зміст уроків, дозування навантажень, оцінка фізичної підготовки мають бути диференційовані з урахуванням статі учнів. У цей період акцентується увага не на навчання руховим діям, а на вдосконалення раніше вивчених фізичних вправ. Більшість же методів виконання вправ спрямовані саме на навчання рухової дії та її закріплення.

У зв'язку з викладеним вище, актуальним є питання, щодо використання ігрового і змагального методів в урочній формі організації занять з волейболу юнаків і дівчат старшого шкільного віку, з метою формування необхідних вмінь та навичок.

Організація дослідження. Наш експеримент з визначення ефективності використання ігрового і змагального методів проводився з січня по травень 2021 року на базі Запорізького колегіуму «Елінт». У дослідженні взяли участь 28 учнів 16-17 років, з яких 20 юнаків і 8 дівчат. В експерименті взяли участь юнаки і дівчата 16-17 років, які за станом здоров'я були віднесені до основної та підготовчої медичної групи.

Основними засобами ігрового і змагального методів, які використовувались протягом експерименту були рухливі ігри, двосторонні ігри, естафети і вправи, які спрямовані на вдосконалення техніки подачі і передачі.

Результати.

1. На початку експерименту, як у дівчат, так і в юнаків, за результати тестів на силу відмічався достатньо високий бал – 11. Різний рівень відмічено в підтягуванні на перекладені, у юнаків – 10 балів, у дівчат – 11 балів; у верхній подачі в зазначену зону з 10-ти спроб, відповідно 7 і 6 балів; у передачі через сітку із зон 2, 3, 4 з 6-ти спроб, відповідно 9 і 11 балів.

2. По закінченню експерименту, у юнаків і дівчат, тільки в тесті «Передача через сітку із зон 2, 3, 4», з 6-ти спроб результат відповідав 12 балам; 11 балів у тестах «Стрибок у довжину з місця», «Підтягування на перекладині» і «Верхня подача в зазначену зону», з 10-ти спроб. За всіма тестами і фізичної, і технічної підготовленості більший відсоток, у юнаків, на відміну від дівчат.

3. Ефективність впливу використання засобів ігрового і змагального методів підтверджується достовірними змінами за всіма показниками, крім стрибка в довжину з місця у юнаків та за показниками технічної підготовленості у дівчат.

Висновки. Змагальний та ігровий методи сприяють закріпленню та вдосконаленню рухові дії (що є основним завданням фізичного виховання учнів старшої школи), в той час, як інші методи більш спрямовані на навчання рухової дії та її закріплення. Змагальний та ігровий методи є ефективними в урочній формі організації занять з волейболу юнаків і дівчат старшого шкільного віку, для формування необхідних вмінь та навичок.

Список використаних джерел

1. Антіпова Ж., Заверзасв В. Фізичне виховання студентів на основі навчання гри в волейбол: мет. реком. Одеса : вид. Букаєв В. В. 2021. 56 с.

2. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 10-11 класи, відповідно до наказу № 451 Міністерства освіти і науки України від 22.03.2017 р.: М.В. Тимчик, С.Ю. Алексійчук, В.В. Деревянко, В.М. Єрмолова, В.О. Сілкова.

3. Прозар М. В. Теорія і методика викладання спортивних ігор : навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 198 с.

4. Фролова Л. С. Організація та методика підготовчої частини уроку з спортивних ігор: навчально-методичний посібник. Черкаси, 2015. 121 с.