

відрізняються від загальних принципів системи фізичного виховання, тому сприяють формуванню цілісної людини, стійкої потреби в освоєнні цінностей фізичної культури.

**Ключові слова:** фізична культура, професійно-прикладна фізична підготовка, оздоровча фізична культура.

**Оксана Мордик, Марина Радченко. Формирование физической культуры лица как педагогическая проблема.** В данной статье раскрыты основные теоретические вопросы формирования физической культуры и культуры здоровья подрастающего поколения в условиях модернизации образования. Раскрыта сущность физической культуры, теоретические подходы к пониманию её структуры, определены основные показатели её развития и формирования, а также основные направления деятельности педагога по формированию физической культуры молодёжи. Выявлены принципы физической культуры возникают по существу культуры, одна из важнейших особенностей которой – воспроизводство человека во всей целостности и всесторонности его существования, они базируются на тезисе “Культура едина, а человек в культуре цельная”. По содержанию они принципиально отличаются от общих принципов системы физического воспитания, потому способствуют формированию целостного человека, устойчивой потребности в освоении ценностей физической культуры.

**Ключевые слова:** физическая культура, профессионально-прикладная физическая подготовка, оздоровительная физическая культура.

**Oksana Mordyk, Maryna Radchenko. Forming of Physical Culture of a Person as a Pedagogical Problem.** This article reveals the basic theoretical questions of the formation of physical education and cultural health of young generation in the condition of education modernization. The essence of physical education, theoretical approaches to the understanding of its structure, the basic parameters of development and formation, as well as the main activities of a teacher on the formation of physical education of youth. Identified principles of physical culture arise from the essence of culture, one of the most important features of which is human reproduction throughout integrity and comprehensiveness of its existence, they are based on the premise "Culture is one, and the man is in the whole culture." In content they are fundamentally differ from the general principles of physical education, that is why they contribute to the formation of a man in the whole, stable need to learn the values of physical culture.

**Key words:** physical education, vocational and applied physical training, health-enhancing physical education.

УДК 378.14:796

Володимир Наумчук

## Загальні положення методики навчання школярів спортивних ігор

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка (м. Тернопіль)

**Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень.** Динаміка розвитку сучасного суспільства вимагає подальшого вдосконалення освіти України, переосмислення завдань її модернізації та адаптації до нових реалій і вимог. Розвиток особистості, її творчої індивідуальності та неповторності, розкриття й реалізація істинних сил людини стає стратегічною лінією системи освіти.

Вирішальна роль у засвоєнні суспільного досвіду належить самій людині, її активності, характеру взаємин із навколишнім середовищем. У цьому контексті використання ігрової діяльності в становленні особистості є ідеєю, яка найбільш адекватно виражає сутність людини, її духовність та етику. Гра як прояв ігрової діяльності є структурною моделлю поведінки особистості, за допомогою якої вона оволодіває навколишньою дійсністю й готується до її перетворення (Л. С. Виготський, Д. Б. Ельконін, О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн та ін.).

Роль і значення спортивних ігор як універсального засобу формування сучасного покоління визначається їх особистісно-командною сутністю, доступністю, різнобічним впливом на організм людини, на засвоєння нею “школи рухів”, на розвиток її фізичних і психічних якостей, високою емоційністю й видовищністю [1]. У них закладено значний потенціал для реалізації широкого спектра завдань становлення всебічно та гармонійно розвинутої особистості.

Ефективне використання спортивних ігор у роботі з учнями закладів освіти вимагає чіткого й об’єктивного розуміння цього багаторічного педагогічного процесу, який реалізується насамперед

через функціонування системи фізичного виховання. При цьому важливого значення набуває проблема якісного навчання школярів ігрових прийомів, розв'язання якої передбачає досконале знання педагогом структури процесу навчання рухових дій, відповідних йому цілей, завдань і шляхів їх реалізації.

Дослідження виконувалося за планом науково-дослідної роботи кафедри гімнастики і спортивних ігор Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка.

**Завдання** дослідження – визначити вихідні положення методики навчання школярів спортивних ігор.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Досягнення вагомих успіхів у процесі формування фізичної культури школярів потребує належного володіння вчителем тією наукою, яка є предметом його професійної діяльності у відповідних навчальних закладах. Сторонами цього єдиного педагогічного процесу є навчання й виховання. Навчання пов'язане із засвоєнням загальноосвітніх та спеціальних знань, оволодінням необхідними для фізкультурної діяльності вміннями й навичками. Виховання передбачає формування цінностей, моральних норм як складника культури та неможливе без процесу навчання. При цьому поняття навчання включає в себе: а) зміст навчання; б) діяльність педагога; в) діяльність учнів; г) результат навчання. Зазначені складники визначають предмет будь-якої методики навчання, у тому числі й спортивних ігор.

Усі методики подібні між собою в тому, що в певній послідовності розглядають принципи, зміст та методи роботи вчителя. Вони передбачають послідовну постановку й реалізацію завдань, які можна сформулювати так:

I – “*навіщо навчати*” – визначення завдань навчання та виховання відповідно до цілей фізичної культури;

II – “*чого навчати*” – розробка змісту навчально-виховного процесу, обґрунтування й складання відповідних програм, підготовка необхідних підручників і посібників, визначення системи знань, умінь та навичок учнів;

III – “*як навчати*” – використання методів і прийомів навчання й виховання, конструювання різних форм занять (насамперед уроку фізичної культури) та їх циклів, розробка системи вправ і рухових завдань, підготовка методичних рекомендацій, допоміжної й тренажерної техніки, обладнання, інвентарю;

IV – “*чому саме так, а не інакше*” – порівняльна характеристика змісту навчально-виховного процесу, засобів, методів, прийомів, уточнення критеріїв, показників і норм оцінювання навчальних досягнень учнів, що дає змогу визначити найефективніші шляхи до поставленої мети;

V – “*результат навчання*” – наявність і рівень реалізації системи знань, умінь, навичок та якостей особистості.

Безпосередньо оволодіння учнями технічними елементами й тактичними діями в процесі пізнання спортивних ігор проходить три етапи [2]:

I етап – створення передумов та ознайомлення з ігровими прийомами;

II етап – засвоєння рухових дій;

III етап – закріплення, удосконалення й інтеграція ігрових прийомів.

*Мета I етапу* полягає в засвоєнні учнями технічних прийомів, тактичних дій у загальних рисах в основному варіанті. *Завданнями* першого етапу є:

– створення цілісного уявлення про технічні прийоми, тактичні дії на основі відповідних знань;

– визначення рухового досвіду учнів і, за необхідності – поповнення;

– забезпечення належного рівня розвитку фізичних якостей, що обумовлюють якісне оволодіння ігровими прийомами;

– виконання ігрових прийомів загалом, тобто формування орієнтовної основи діяльності;

– усунення зайвих рухів, які грубо спотворюють техніку.

На цьому етапі в учнів формується правильне уявлення щодо ігрового прийому, образу його техніки як найбільш ефективного способу виконання рухової дії. Тому важливо, щоб показ ігрового прийому був досконалим і доповнювався його демонстрацією в ігрових та змагальних умовах. Свідоме оволодіння руховою дією потребує термінологічно точного пояснення прийому гри, його якісного аналізу, у тому числі й із погляду офіційних правил, розкриття суттєвих ланок виконання, визначення причин можливих помилок та способів їх усунення. Учні повинні знати значення ігрового прийому для успішного ведення змагальної боротьби, особливості й способи його реалізації в різноманітних ігрових ситуаціях.

*Мета II етапу* – деталізоване, відносно досконале засвоєння учнями технічних прийомів, тактичних дій. *Завданнями* цього етапу є:

- уточнення техніки ігрових прийомів, їх просторових, часових, просторово-часових і динамічних характеристик щодо індивідуальних можливостей учнів;
- поглиблення розуміння закономірностей рухів у технічних прийомах, що вивчаються;
- досягнення правильного виконання ігрових прийомів, підвищення самоконтролю учнів;
- створення передумови варіативного виконання ігрових прийомів.

Другий етап завершується формуванням у школярів рухового вміння, яке характеризується свідомим управлінням рухами, нестійкістю до дії чинників, що заважають виконанню ігрового прийому, та нестабільністю результатів. Оволодіння ігровим прийомом здійснюється в спрощених і стандартних умовах. Переважно елемент техніки реалізується виокремлено й не обмежується в часі та просторі, відсутні зовнішні чинники, що заважають його виконанню, використовуються додатковий інвентар та обладнання.

*Мета III етапу* – закріплення та вдосконалення учнями технічних прийомів, тактичних дій і взаємодій. *Завданнями* третього етапу є:

- закріплення навичок володіння технічними прийомами;
- розширення діапазону варіативності технічних прийомів, тактичних дій;
- завершення індивідуалізації технічних прийомів;
- досягнення інтеграції ігрових прийомів і провідних фізичних якостей;
- забезпечення високої ефективності технічних прийомів, тактичних комбінацій в ігровій та змагальній діяльності.

На третьому етапі завершується формування рухової навички й відбувається становлення суперуміння – системи навичок вищого порядку, що характеризується варіативністю, творчістю, індивідуалізацією, високою стійкістю виконання ігрових прийомів у складних та екстремальних умовах, тобто в ігровій і змагальній діяльності. Закріплення та вдосконалення ігрових прийомів здійснюється у варіативних й ускладнених умовах. Пропонується виконання рухових дій із різною швидкістю та силою, змінюються простір реалізації прийомів гри, положення м'яча, підвищуються вимоги до точності виконання елементів техніки, передбачається обов'язкове їх поєднання й протидія (пасивна та активна) з боку суперника, використовуються додаткові завдання й правила.

Вихідними положеннями методики навчання техніки спортивних ігор є:

- 1) формулювання назви та показ елемента техніки спортивної гри;
- 2) пояснення ігрового прийому, що вивчається – його аналіз, із зазначенням змісту й послідовності виконання рухових дій, фізичних якостей, які забезпечують якісне виконання технічного елемента, вимог до виконання, висвітлення його значення для ігрової та змагальної діяльності, місця й ролі у фізичному вихованні та спортивній підготовці;
- 3) демонстрація технічного елемента за допомогою технічних засобів навчання й наочності;
- 4) апробація елемента техніки учнями;
- 5) реалізація запланованих загальнорозвивальних, підготовчих (підвідних, імітаційних, спеціальнорозвивальних) та основних (змагальних) вправ, що вимагає попередньої роботи вчителя щодо визначення змісту й послідовності засобів навчання з урахуванням контингенту учнів, етапів навчання ігрового прийому, місця уроку в циклі занять, матеріально-технічного забезпечення;
- 6) профілактика та способи виправлення помилок;
- 7) виконання технічного елемента різними способами в спрощених, стандартних, варіативних, ускладнених умовах, у поєднанні з іншими прийомами спортивної гри й удосконалення його в ігровій і змагальній діяльності;
- 8) аналіз та оцінка виконання ігрового прийому.
- 9) надання методичних указівок для самостійної роботи учнів щодо вдосконалення технічного елемента [3].

*Орієнтовний комплекс засобів навчання удару по м'ячу серединою підйому у футболі:*

- імітація ударів по м'ячу серединою підйому з фіксацією окремих положень;
- удари по набивному м'ячу з місця;
- доторкання серединою підйому м'яча, що розміщений впритул до стіни;
- удари по м'ячу серединою підйому, що міститься на мотузці в руках гравця; підвішеному до поперечини воріт тощо;

- жонглювання м'ячем підйомом із відскоком його від підлоги та без;
- удари по нерухомому м'ячу з місця; з одного кроку; із розбігу;
- удари по нерухомому м'ячу на точність; на дальність; в умовах обмеження часу й простору; після виконання додаткових завдань: перекиду, присідання, стрибка та ін.;
- удари у ворота по нерухомому м'ячу за завданнями: із визначенням частини воріт для попадання, сили удару, відстані до воріт тощо;
- поєднання ударів по м'ячу серединою підйому з іншими елементами техніки;
- передачі одним і двома м'ячами в парах, трійках, четвірках, колонах у поєднанні з його зупинками;
- удари по м'ячу в умовах пасивної та активної протидії суперника;
- ігрові завдання та естафети з ударами по м'ячу;
- рухливі ігри (наприклад “Влучний футболіст”, “1000”);
- навчальні ігри.

*Орієнтовний комплекс засобів навчання веденню м'яча в баскетболі:*

- імітація ведення м'яча на місці;
- ведення м'яча на місці;
- ведення м'яча на місці зі зміною висоти відскоку його від підлоги;
- ведення м'яча правою, лівою рукою на місці;
- ведення м'яча правою, лівою рукою на місці зі зміною висоти відскоку його від підлоги;
- ведення м'яча правою, лівою рукою в кроці;
- ведення м'яча правою, лівою рукою в кроці зі зміною висоти відскоку його від підлоги; напрямку руху;
- ведення м'яча правою, лівою рукою бігом по прямій;
- ведення м'яча правою, лівою рукою зі зміною швидкості, напрямку руху;
- ведення м'яча між стійками;
- ведення м'яча в умовах обмеження часу й простору; із виконанням додаткових завдань: сиданням на підлогу, обведенням перешкод, зміною способу ведення за умовним сигналом тощо;
- поєднання ведення м'яча з іншими елементами техніки;
- ведення м'яча в умовах пасивної та активної протидії суперника;
- ігрові завдання й естафети з веденням м'яча;
- рухливі ігри (наприклад “День і ніч із м'ячами”, “Квач із м'ячем”);
- навчальні ігри.

*Вихідними положеннями методики навчання тактики спортивних ігор є:*

- 1) формулювання назви й показ тактичної дії (ігрової комбінації);
- 2) пояснення тактичної дії, що вивчається: її аналіз із зазначенням змісту, послідовності та складності виконання рухових дій, фізичних якостей, які забезпечують якісне виконання тактичної дії, вимог до виконання, висвітлення її значення для ігрової та змагальної діяльності, місця і ролі у фізичному вихованні й спортивній підготовці;
- 3) демонстрація тактичної дії (ігрової комбінації), системи гри за допомогою умовних позначок, технічних засобів навчання й наочності;
- 4) апробація тактичної дії (ігрової комбінації), системи гри учнями;
- 5) реалізація запланованих загальнорозвивальних, підготовчих, основних (змагальних) вправ та ігрових завдань, що вимагає попередньої роботи вчителя щодо визначення змісту й послідовності засобів навчання з урахуванням контингенту учнів, етапів навчання тактичної дії, місця уроку в циклі занять, матеріально-технічного забезпечення;
- 6) профілактика та способи виправлення помилок;
- 7) виконання тактичної дії, ігрової комбінації, награвання системи гри з умовним суперником, із пасивною й активною його протидією: моделювання ігрових ситуацій в умовах обмеження часу та простору, чисельної нерівності складів команд, змін умов виконання індивідуальних, групових, командних тактичних дій, їх вдосконалення в ігровій і змагальній діяльності;
- 8) аналіз та оцінка виконання тактичної дії, ігрової комбінації, системи гри.

*Орієнтовний комплекс засобів навчання комбінації “Хвиля” у волейболі:*

- розміщення та функціональні обов'язки гравців при комбінації “Хвиля”;
- кидки тенісного м'яча за умовним сигналом у відповідному напрямку після переміщень різними способами;

- підкидання набивного м'яча над собою в зоні 3 зі спостереженням за діями партнерів: за відповідним умовним сигналом – передача м'яча в зону 4; у зону 2; кидок у стрибку через сітку в зоні 3;
- кидки тенісного м'яча через сітку в стрибку відповідно до положення імітатора блока: блок над сіткою – обманний рух; закриває блок хід – кидок по лінії; закриває лінію – кидок по діагоналі;
- передачі м'яча із задньої лінії зв'язуючому гравцю, який другою передачею спрямовує м'яч у вказану зону – 4, 3, 2;
- нападаючий удар за умовним сигналом – імітатором блока: сигнал з'явився – обманний рух, відсутній – нападаючий удар. Спочатку сигнал подається під час розбігу, далі – у момент стрибка;
- передача м'яча із зони 6 в зону 3 зв'язуючому гравцю, який посилає м'яч у 3-й зоні гравцю першого темпу для нападаючого удару, гравець другого темпу – імітує удар;
- передача м'яча після прийому подачі із зони 6 в зону 3 зв'язуючому гравцю, який посилає м'яч у 3-й зоні гравцю другого темпу для нападаючого удару, гравець першого темпу імітує удар;
- передача м'яча після прийому подачі із зони 6 у зону 3 зв'язуючому гравцю, який посилає м'яч одному із партнерів відповідно до положення імітатора блока: блокується гравець першого темпу – виконується передача м'яча гравцю другого темпу для нападаючого удару, блок відсутній – атакує гравець першого темпу;
- передача м'яча після прийому подачі із зони 6 (5, 1) у зону 3 зв'язуючому гравцю, який, залежно від положення імітатора блоку почергово виконує передачі на удар гравцю першого темпу в зоні 3 і гравцю другого темпу, що перебуває в цій самій зоні, або гравцю другого темпу в зоні 4;
- виконання комбінації за завданнями: із визначенням характеру передач; місця удару гравця другого темпу; напрямів, що закривають блок; кількості гравців блоку тощо;
- виконання комбінації в структурі командних тактичних дій: із підключенням гравця зони 2, який імітує нападаючий удар та організацією страховки нападаючого гравця;
- навчальні ігри.

*Орієнтовний комплекс засобів навчання швидкого прориву в гандболі:*

- розміщення та функціональні обов'язки гравців при швидкому прориві;
- передачі м'яча в парах на місці;
- передачі м'яча в парах (трійках, четвірках) у русі без зміни та зі зміною місць;
- передачі м'яча за умовним сигналом на хід партнеру, котрий здійснює прискорення;
- передачі м'яча партнеру, який здійснює ривок для прориву;
- поєднання передачі м'яча воротарем гравцю, котрий здійснює прорив з його кидком у ворота;
- поєднання передачі м'яча воротарем одному із двох гравців, що здійснюють прорив із наступною зміною їх місць та кидком у ворота;
- поєднання передачі м'яча в умовах пасивної й активної протидії суперника гравцю, який виконує передачу з кидком у ворота одного з гравців прориву;
- поєднання передачі м'яча одному з двох гравців прориву, проти яких діє один захисник із кидком у ворота;
- прорив трьох гравців нападу проти двох захисників після перехоплення м'яча;
- прорив чотирьох гравців нападу проти трьох захисників після оволодіння м'ячем воротарем;
- прорив у чисельній більшості гравців нападу після вкидання м'яча;
- прорив в умовах чисельної рівності гравців нападу й захисту після перехоплення м'яча, оволодіння ним воротарем, укидання із-за бокової лінії;
- “тримання м'яча” на одній половині майданчика з наступним проривом до протилежних воріт за умовним сигналом;
- навчальні ігри.

Пропоновані зміст та послідовність дій під час вивчення учнями вказаних ігрових прийомів є узагальненими. Вони повинні коригуватися й удосконалюватися відповідно до способу та умов виконання ігрового прийому, рівня спортивної підготовленості учнів, матеріально-технічного забезпечення, інших організаційно-педагогічних чинників, адже в багаторічному процесі фізичного виховання чи спортивної підготовки школярів уся система навчально-тренувальних завдань повинна відображати закономірності статево-вікового розвитку дітей, об'єктивну логіку спортивного вдосконалення й забезпечувати досягнення визначених цілей.

Формування зв'язків між компонентами навчально-виховного процесу з метою поєднання їх у єдину цілісну змагально-ігрову діяльність вимагає безперервного систематичного впливу. Зокрема, багаторічне вивчення кожної спортивної гри має здійснюватися на основі методичних положень, що передбачають першочергове розв'язання специфічних завдань окремої сторони підготовки (теоретичної, технічної, тактичної, фізичної, психологічної, ігрової) з наступним розв'язанням питань взаємозв'язку в її межах. Наприклад, навчання техніки ігрового виду спорту вимагає розв'язання питань виховання необхідних фізичних якостей. Далі реалізуються ті завдання однієї сторони підготовки, які можна розв'язати засобами іншої [4]. Так, розв'язання завдань із тактики спортивної гри неможливе без використання технічних прийомів, оскільки будь-яка тактична дія є поєднанням елементів техніки, а розвиток спеціальних фізичних здібностей уключає використання ігрових прийомів. У подальшому взаємозв'язок двох і більше сторін підготовки здійснюється в контрольних та офіційних змаганнях.

**Висновки.** Питання навчання школярів спортивних ігор потребують подальшого науково-теоретичного обґрунтування, оскільки пізнання спортивних ігор як важливого й універсального інструменту педагогічного впливу дає змогу оптимізувати процес фізкультурної освіти, правильно орієнтуватись у системі засобів і методів фізичного виховання. При цьому вчитель має виступати не тільки як фахівець із формування рухових умінь та розвитку фізичних якостей, але і як особистість із розвивальними соціокультурними й гуманними настановами, спроможний забезпечити перетворення процесу фізичного виховання в самовиховання та самоосвіту.

#### **Список використаної літератури**

1. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : [учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений] / Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков. – [4-е изд.]. – М. : Академия, 2010. – 520 с.
2. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : [учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений] / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – [2-е изд.]. – М. : Академия, 2003. – 480 с.
3. Наумчук В. І. Теоретико-методичні основи навчання спортивним іграм : навч.-метод. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Наумчук В. І. – Т. : Астон, 2012. – 124 с.
4. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / [Ю. Д. Железняк, В. А. Кашкаров, И. П. Кравцевич и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка. – [2-е изд.]. – М. : Академия, 2005. – 384 с.

#### **Анотації**

*У статті представлено вихідні положення методики навчання спортивних ігор – універсального засобу становлення всебічно й гармонійно розвинутої особистості: сформульовано основні питання змісту роботи вчителя щодо реалізації процесу навчання рухових дій, розкрито його структуру, відповідні цілі та завдання, визначено способи їх реалізації, а також вказується на потребу в подальших науково-методичних дослідженнях з окресленої проблеми.*

**Ключові слова:** спортивні ігри, методика навчання, вихідні положення, особистість.

**Владимир Наумчук. Общие положения методики обучения школьников спортивным играм.** *В статье представлены исходные положения методики обучения спортивным играм – универсального средства становления всесторонне и гармонически развитой личности: сформулированы основные вопросы содержания работы учителя по реализации процесса обучения двигательным действиям, раскрыты его структура, соответствующие цели и задачи, определены пути их реализации, а также указывается на потребность в дальнейших научно-методических исследованиях по рассматриваемой проблеме.*

**Ключевые слова:** спортивные игры, методика обучения, исходные положения, личность.

**Volodymyr Naumchuk. General Methods of Teaching of School Sports Games.** *The article deals with the assumption of teaching methods of sports games – a universal means of becoming a harmonious personality: sets out basic questions of the contents of the teacher to implement the process of learning motor actions, disclosed its structure, appropriate goals and objectives, the ways of their implementation, and also appears in need for further scientific and methodological research on the problem.*

**Key words:** sports games, teaching methodology, assumptions, personality.