

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА  
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ  
17-18 листопада 2022 року**

Одеса  
Букаєв Вадим Вікторович  
2022

4. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К: Олимпийская литература, 1999. 317 с.

5. Мукіна О. Ю., Бокін А. Ю. Координаційна підготовка в системі факторів результативності змагальної діяльності в спортивних єдиноборствах. *Соціально-економічні явища і процеси*, 2013. № 12. с. 225-229

6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник (для тренеров) : в 2 кн. Кн. 2. Киев : Олимпийская литература, 2015. 980 с.

7. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімпійська література, 2001. 439 с.

8. Issurin V., Lyakh V. Coordination Abilities of Athletes. Independently published, 2019. 148p.

9. Kröger C., Roth K. Koordinative Wettkampfformen für Kinder und Jugendliche. Eine Ideen-Sammlung für Sportlehrer und Trainer. Schorndorf Hofmann Verlag, 2016. 128 s.

## **СПЕЦІАЛІЗОВАНІ РУХЛИВІ ІГРИ ЯК СПОСІБ ВИЗНАЧЕННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ**

**Тітова Г. В., Сторожик О. О.**

Держвний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

**Анотація.** Рухливі ігри, граючи найважливішу роль розвитку дітей, останнім часом стали широко використовуватися як ефективний засіб у тренувальному процесі у різних видах спорту. Під спеціалізованими рухливими іграми розуміються такі ігри, до змісту яких входять специфічні елементи спорту та формуються необхідні йому фізичні якості [3].

**Актуальність.** Використовуючи ці ігри, тренер може заповнити розрив між строго регламентованим методом навчання та змагальним, здійснюючи послідовно навчання як техніці, так і тактиці гри.

Використання рухливих ігор у навчальних цілях знаходить свою паралель із дидактичними іграми, тому розглянемо їх докладніше.

Дидактична гра - гра пізнавальна, спрямовану розширення, поглиблення, систематизацію уявлень дітей про навколишнє, виховання пізнавальних інтересів, розвиток пізнавальних здібностей [2]. Своєрідність дидактичної гри як ігрової діяльності полягає в тому, що взаємини тренера з дітьми та дітей між собою мають саме ігровий характер. Тренер є учасником чи його організатором. Діти часто виконують ту чи іншу роль, яка визначається змістом гри та зумовлює ігрові дії.

Основною особливістю дидактичних ігор є те, що вони як щодо змісту, так і щодо методики та правил гри навмисне та спеціально розробляються тренерами з метою навчання. Зазвичай ці ігри розробляються як витончення здібностей відчуття, активізації та розвитку в дітей віком спостережливості, уваги, пам'яті, мислення, перевірки та закріплення набутих раніше навичок тощо.

Дидактичні ігри роблять процес навчання легшим і цікавим: те чи інше розумове завдання, укладена у гри, вирішується в ході доступної та привабливої для дітей діяльності. Дидактична гра створюється з метою навчання та розумового розвитку. І чим більшою мірою вона зберігає ознаки гри, тим більшою мірою вона приносить дітям радість.

Наповненість навчання емоційно-пізнавальним змістом – особливість дидактичної гри.

Багато дидактичних іграх чітко виступає вправу, але дидактична гра може бути ототожнена з вправою, бо основу її становлять ігрові відносини дітей, ігровий задум, ігрові дії.

Багато дидактичних ігор не вносять нічого нового у знання дітей, але вони вчать дітей застосовувати знання в нових умовах або містять розумове завдання, вирішення якого вимагає прояви різноманітних форм розумової діяльності.

Дидактична гра як ігрова форма навчання – явище дуже складне. На відміну від навчальної сутності занять чи практичного характеру вправ у дидактичній грі діють одночасно два початки: навчальне, пізнавальне та ігрове цікаве. Відповідно до цього тренер в один і той же час вчитель і учасник гри, вчить дітей і грає з ними, а діти навчаються, граючи [4].

У дидактичній грі чітко виявляється структура, тобто. основні елементи, що характеризують гру як форму навчання та ігрову діяльність одночасно. Основними елементами дидактичних ігор є: зміст гри, ігровий задум, ігрові дії та правила гри.

Один з основних елементів гри - дидактична задача, яка визначається метою навчального та виховного впливу.

Наявність дидактичних завдань чи кількох завдань підкреслює навчальний характер гри, спрямованість навчального змісту процесу пізнавальної діяльності дітей. Дидактична завдання визначається вихователем і відбиває його навчальну діяльність.

Дидактична гра стає справжньою формою ігрового навчання лише тому випадку, коли навчальні, тренувальні завдання ставляться перед дітьми не прямо, а через гру, тісно пов'язуються з ігровим, цікавим початком, з ігровими завданнями та ігровими діями [3].

Дидактичне завдання, таким чином, як би замасковано, приховано від дитини. Це робить дидактичну гру особливою формою ігрового навчання й більшою мірою ненавмисного засвоєння навичок і умінь дітьми. Взаємини між дорослими та дітьми визначаються не тренувальною ситуацією, тренер вчить, діти навчаються в нього, а грою, тим, що тренер та діти, насамперед учасники однієї гри.

Як тільки цей принцип порушується, зникає ігровий характер взаємовідносин між тренером та дітьми, і тренер стає на шлях прямого навчання, дидактична гра перестає бути самою собою [1]. Ігрові дії становлять основу дидактичної гри. Вони є ніби малюнком сюжету гри. Чим різноманітніша та змістовніша для дітей сама гра, тим успішніше вирішуються пізнавальні та ігрові завдання. Ігровим діям дітей треба вивчати. Лише при цій умові гра набуває навчального характеру і стає змістовною. Навчання ігровим діям найчастіше не є прямим, а дається через пробний хід, через показ дії при розкритті тієї чи іншої ролі. В ігрових діях проявляється мотив ігрової діяльності, активне бажання вирішити поставлене ігрове завдання. За своєю складністю вони різні та зумовлені складністю пізнавального змісту та ігрового завдання. Спеціалізовані рухливі ігри у розвиток необхідних волейбольних навичок, які у нашій роботі, поєднали риси рухливих і дидактичних ігор.

Застосування рухливих ігор у спортивній підготовці дозволяє створити рухову основу перспективного вдосконалення координаційних здібностей, необхідні формування спортивної техніки [2].

Систематичне проведення різних ігор дозволяє створити у спортсменів (особливо у початківців) певний запас рухів. На цій основі легше формувати певний досвід. Слід підкреслити, що навичка, що формується у спорті, реалізується, як правило, без гри, без участі емоцій. Більше того, емоції здатні порушити дії та утруднити досягнення мети. Гра приходить на допомогу тренеру лише тоді, коли рух автоматизується і увага зосереджується не стільки на руховому акті, скільки на результаті дії, умови та ситуації, в яких воно виконується (спочатку розучується перекид, прийом гри, передача естафети, стрибок з місця тощо). п., потім ці елементи включаються до гри). Тут гра постає як вдосконалення навички, виконуваного у підвищеному емоційному стані. У ситуаціях, що змінилися, при зовнішніх протидіях навичка стає не тільки стійкою і стабільною, а й гнучкою, варіативною. Це може призвести до виникнення нового, досконалішого вміння. Спортсмен набуває здатності застосовувати освоєний навичку в цілісній діяльності, вибирати для кожного випадку найкращі варіанти виконання дії. Ось чому керівнику спочатку слід давати у грі завдання: хто виконає завдання правильніше, точніше, а після цього хто швидше, більше тощо [1].

Рухлива гра виступає як комплексна вправа, що змушує ще й активно працювати, мислити. Тому використання у тренуваннях ігор на вирішення різних педагогічних завдань сприяє створенню загальних передумов для оволодіння тактикою. До того ж ігрова діяльність завжди включає найпростіші або складніші способи ведення боротьби. У грі учасники повинні вміти розраховувати свої сили, визначати раціональні прийоми дій. Елементи тактики закладені в простих і командних «Квач», «Рибалка», де зміна ритму обертання мотузки допомагає швидше знайти граючих, а також у таких нескладних іграх, як «Човник» або «Виклик», де доводиться планувати тактичні дії [2].

Вміння відчувати мікровідрізки часу, швидкості та ритм рухів, вміло розподіляти сили на дистанції також входить до арсеналу тактичної майстерності, яка може удосконалюватись у грі та ігрових завданнях [4].

Тактичне мислення виховується не стільки при теоретичному розборі, скільки в практичних вправах ігрового характеру (хто швидше зазначає дію супротивника, орієнтується у відповідь на сигнал, хто краще відчуває режим, час на дистанції тощо). Ігор та вправ тактичного плану в єдиноборствах та спортивних іграх, завдяки різноманітності тактичних можливостей, більше, ніж, скажімо, у складно-технічних чи циклічних видах спорту [2].

У зв'язку з тим, що технічні навички доцільно розвивати стосовно майбутніх тактичних ситуацій, і цей спортсмен повинен усвідомлювати вже при вивченні техніки, рухлива гра виступає як засіб, що дозволяє моделювати різні ситуації [4].

Підбираючи спеціальні ігри, тренер може навчати спортсмена-початківця елементарним стандартним тактичним прийомам, в яких той буде осмислено використовувати свої технічні здібності і застосовувати спортивну техніку. У цьому дуже важливо формувати тактику, спрямовану наступальне ведення гри [2].

В даний час спостерігаються тенденції обмежувати виховання автоматизованих тактичних навичок та розширювати їхню варіативність. Це завдання можна успішно здійснювати за допомогою різноманітних командних ігор. При їх підборі та складанні важливо знати здібності спортсменів, враховувати їх попередній досвід, щоб докладати в грі оптимальні зусилля [1].

### **Література:**

1. Галіздра А. А. Структура спеціальної фізичної підготовленості волейболістів. Теорія та методика фізичного виховання. 2008. № 11. С. 7-10.
2. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вінниця ТОВ «Планер», 2017. 191 с.

3. Осадчий О. В. Вплив спеціальних засобів навантаження на стан технічної майстерності волейболістів різних вікових груп: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. Х., 2007. 23 с.

4. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів : навч. посіб. К.: Олімпійська література, 2001. 439 с.

## **ГУМАНІСТИЧНА ЦІННІСТЬ ТЕХНІКО-ЕСТЕТИЧНИХ ВИДІВ СПОРТУ ТА ЇХ РОЛЬ У СУЧАСНІЙ КУЛЬТУРІ**

**Тодорова В. Г.**

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

**Анотація.** У статті теоретично обґрунтовано гуманістичну цінність техніко-естетичних видів спорту та їх роль у сучасній культурі яка ґрунтується на засадах визнання фізичної культури і спорту як пріоритетного напрямку гуманітарної політики держави; важливого чинника всебічного розвитку особистості. Мета роботи: сформувати та розробити нові підходи до фізичного виховання і спорту. Об'єкт дослідження: техніко-естетичні види спорту. Висновки: реформування галузі фізичної культури та спорту дозволяє використовувати хореографічну підготовку як засіб досягнення фізичної та духовної досконалості людини з метою утвердження позитивного міжнародного іміджу держави.

**Ключові слова:** техніко-естетичні види спорту, фізична культура і спорт, спортивна підготовка, естетичне виховання.

**Актуальність.** Державна політика ґрунтується на засадах визнання фізичної культури і спорту як пріоритетного напрямку гуманітарної політики держави; важливого чинника всебічного розвитку особистості; забезпечення гуманістичної спрямованості та пріоритету загальнолюдських цінностей; гарантування рівних прав та можливостей громадян у сфері фізичної культури і спорту тощо.

Згідно Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 рр. (розпорядження Кабінету Міністрів України від 31 серпня 2011 р. N 828-р.) спортивна підготовка повинна мати багатоаспектний характер та бути складовою частиною фізичного виховання, а також підвищення функціональних можливостей спортсменів, розвитку необхідних фізичних якостей, а крім того вона повинна сприяти естетичному вихованню, розвитку творчих здібностей спортсменів [3, 5].

Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту визначено мету розвитку фізичної культури і спорту, яка передбачає як створення умов