

**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 VII МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 жовтня 2023 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2023

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”*

Протокол № 4 від 26 жовтня 2023 р.

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор – голова оргкомітету;
Дразіна Є. В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського, заступник – голови оргкомітету;
Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;
Р. Урбан, професор, Голова вченої ради Інституту фізичної культури Щецинського університету (Польща);
М. Крету, професор, факультет фізичного виховання та спорту, Університет Пітешті (Румунія);
Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, Молодова);
Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;
Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук.

Рецензенти:

Соколова Ганна Борисівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, в. о. директора навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації

Пільова Світлана Георгіївна - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали VII інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.
Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 192 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Державний заклад
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського», 2023

МЕТОДИКА НАВЧАННЯ РУХОВИХ УМІНЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ.

Ігнатенко С. О., Кушко М. В.

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

Актуальність теми: Одним з важливих питань фізичного виховання школярів є пошук шляхів підвищення ефективності процесу навчання рухових умінь. Футбол - найбільш доступний і масовий засіб фізичного розвитку та зміцнення здоров'я дітей і підлітків. Оскільки навчання елементів гри згідно з діючою програмою з фізичної культури для 1-4 класів, яка рекомендована Міністерством освіти і науки України у 2006 році, починається з 1-го класу, то питання технічної підготовки молодших школярів у процесі занять футболом стоїть дуже гостро.

Урок фізичної культури з елементами футболу характеризується високою моторною щільністю, дає можливість компенсувати дефіцит рухової активності, який виникає в процесі навчання школярів [8]. Упровадження уроку футболу в навчальний процес молодших школярів дає можливість виконати такі важливі завдання, як зміцнення здоров'я та сприяння нормальному фізичному розвитку школярів, поглиблення теоретичних знань із питань впливу футболу на фізичний стан школярів, забезпечення оптимального рухового режиму [3].

Регулярні заняття футболом не лише дисциплінують школярів, виховують у них упевненість у своїх силах, сприяють їх соціалізації, але й сприяють розвитку таких фізичних якостей, як сила, швидкість, витривалість, і таких психічних властивостей, як упевненість, наполегливість, рішучість, здатність швидко приймати правильне рішення [5], що доводить необхідність застосовувати засоби футболу з метою підвищення рухової активності молодших школярів.

Аналіз літератури показав, що анатомо-фізіологічні та психологічні особливості розвитку організму школярів цього вікового періоду найбільш сприятливі для розвитку більшості фізичних якостей людини (В.Г. Арефьев, Е.С. Вільчковський, Л.В. Волков, М.М. Липець, Н.В. Москаленко та ін.), а також для початку навчання рухових умінь у футболі (К.Л. Віхров, А.В. Дулібський, Є.В. Столітенко, Р.О. Ярій та ін.).

Авторську методику залучення школярів до здорового способу життя засобами футболу запропонував А. О. Петров [6]. Ця методика передбачала поетапне вивчення елементів техніки, починаючи з його назви та ролі в грі й закінчуючи показом і багаторазовим повторенням елемента.

Задля навчання футболу дітей 7–10 років А. В. Вальчук запропонував експериментальну програму, основу якої становить електронний підручник «Абетка юного футболіста», у якому подано методичний матеріал для навчання футболу на початковому етапі учнів молодших класів [2].

Підвищення рівня психофізичних показників учнів молодших класів унаслідок упровадження в процес їхнього фізичного виховання третього уроку футболу й методик диференційованого навчання ігрових дій у футболі зафіксовано О. А. Архиповим [1].

На думку О.Є. Коноха, заняття зі школярами, спрямовані на засвоєння елементів гри у футбол, потрібно проводити на основі спеціально розробленої методики, яка характеризується послідовним опануванням дітьми таких блоків вправ, як вправи на розвиток «почуття м'яча», на навчання ударів, зупинок і передач, ведення, а також вивчення комбінованих вправ, спрямованих на закріплення гри у футбол [4].

Головне завдання в ході навчання футболу учнів молодших класів – це ознайомлення дітей з основними групами прийомів, що зумовлює формування знань учнів про рухові дії у футболі та, як наслідок, сприяє формуванню стійкого інтересу молодших школярів до футболу [7].

Утім, наукових досліджень, які торкалися б особливостей навчання футболу молодших школярів на уроках фізичної культури в школі у сучасній науково-методичній літературі недостатньо. Тому питання розробки технології навчання дітей 6-10 років рухових умінь у футболі з урахуванням морфофункціональних і психічних особливостей розвитку організму та використання найсучасніших дидактичних засобів є надзвичайно важливим, що й обумовлює вибір теми магістерської роботи (Методика навчання рухових умінь молодших школярів у процесі занять футболом).

Мета дослідження – розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методику навчання рухових умінь учнів 1-4 класів в процесі занять футболом.

Виходячи з мети у роботі поставлені наступні **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати особливості організації занять та навчання футболу учнів початкової школи в педагогічній теорії та практиці.

2. Дослідити вікову закономірність рухових умінь, морфофункціонального й психічного розвитку організму та мотивацію учнів молодших класів до занять футболом.

3. Виявити інформативність морфологічних, фізіологічних та психічних показників при навчанні рухових умінь учнів 1-4 класів під час занять футболом.

4. Визначити критерії оцінки навчання технічних прийомів з урахуванням віку, статі, морфофункціонального й психічного розвитку організму і на цій основі розробити та експериментально перевірити ефективність методики навчання рухових умінь учнів 1-4 класів у процесі занять футболом.

Об'єктом дослідження є навчально-виховний процес з фізичної культури в початковій школі.

Предметом дослідження є зміст, форми, засоби і методи навчання рухових умінь учнів 1-4 класів в процесі занять футболом.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз і узагальнення методологічної, психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури, методи моделювання, концептуально-порівняльного та структурно-системного аналізу, які дали можливість з'ясувати сучасний стан теорії і практики організації навчально-виховного процесу з фізичної культури молодших школярів, систематизувати та узагальнити інформацію про досліджуваний об'єкт;

- *емпіричні*: експертне опитування, анкетування, педагогічне спостереження, педагогічне тестування для діагностики рівня фізичної підготовленості та визначення рівня розвитку рухових умінь, морфофункціональних і психічних показників організму учнів початкової школи;

- *педагогічний експеримент* проводився з метою перевірки ефективності впливу впровадженої методики навчання рухових умінь учнів початкових класів у процесі занять футболом;

- *методи статистичної обробки даних*, зокрема вибірковий метод та кореляційний аналіз для опрацювання експериментальних даних, якісного й кількісного аналізу результатів дослідження.

Висновки. Стиль життя сучасних дітей вирізняється низьким рівнем рухової активності, що призводить до зниження всіх показників їхнього фізичного стану.

Футбол був і залишається найулюбленішою, найпопулярнішою й наймасовішою грою школярів і це варто використовувати з метою оптимізації рухового режиму школярів.

Програми фізичного виховання підростаючого покоління, які засновані на футболі, забезпечують ефективний розвиток морфологічних, рухових та психофізичних якостей молодших школярів, задовольняють їхню потребу в руховій активності та сприяють виконанню завдання збереження й зміцнення їхнього здоров'я. Водночас футбол задовольняє потребу учнів початкових класів у змаганні, що сприяє підвищенню емоційності занять та, як наслідок, їхній мотивації до систематичних занять фізичними вправами.

Література:

1. Архипов О. А. Вплив занять футболом на формування психофізіологічних показників молодших школярів. Вісник. 2013. Т. 1, № 12. С. 29–32.

2. Васильчук А. Г. Використання абетки футболу для школярів початкових класів у загальноосвітніх навчальних закладах України. Молода спортивна наука України. 2010. Т. 2. С. 46–50.

3. Коломоєць Г. Розвиток рухових якостей та зміцнення здоров'я школярів засобами футболу. Теорія та методика фізичного виховання. 2007. № 11. С. 30–32.

4. Конох О. Є. Методика проведення занять фізичної культури з дітьми 5-6 років з використанням елементів футболу. Вісник Запорізького національного університету. 2011. № 2 (6). С. 12–15.

5. Методичні рекомендації щодо визначення добової рухової активності школярів. Київ : Наук. світ, 2004. 18 с.

6. Петров А. О. Залучення школярів до здорового способу життя засобами футболу. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2012. Вип. 5. С. 169–176.

7. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1–11 класів у процесі занять футболом : [посібник]. Київ : [б. в.], 2011. 296 с.

8. Ярій Р. О. Вплив занять футболом на морфо-функціональний статус дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. : спец. 24.00.02 / Р. О. Ярій ; Харківська держ. академія фіз. культури. Харків, 2010. 23 с.

СУЧАСНІ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЇ В ОЗДОРОВЛЕННІ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ШКОЛЯРІВ

Ковальова Т. М., Ляшенко І. О.

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

Анотація. У роботі представлено оздоровлення і покращення рівня фізичного розвитку школярів засобами фітнес-технологій, а також вивчені методи підвищення мотивації до уроків фізичної культури.

Актуальність. Основна мета оздоровчої фізичної культури школярів, як частини загальної фізичної культури, це зміцнення здоров'я, підтримка високої працездатності, відновлення порушених функцій, зокрема, оздоровлення і часткове лікування. З цією метою, а також для кращого розвитку фізичних якостей школярів, доцільно впроваджувати сучасні фітнес-технології до уроків фізичної культури, що формуватиме в школярів стійку мотивацію до занять фізичною культурою і, оздоровчим фітнесом зокрема, отже до здорового способу життя взагалі.

Сучасна фізична культура – це спосіб життя, який передбачає тривалу систематичну роботу над своїм тілом, а ще – психологічну готовність до такої роботи та вміння отримувати від неї задоволення. Однією з головних проблем фізичного виховання є питання залучення школярів до регулярних занять фізичною культурою. Адже не всі діти отримують задоволення від стандартних уроків, де передбачені змагальні або командні види спортивної діяльності, такі як рухливі ігри, спортивні ігри чи забіг, де виявляються сильні та слабкі учасники, або існує ризик травмування під час занять, коли, наприклад, м'яч потрапив комусь у голову. Крім того, існують й негативні психологічні моменти: не всі діти перемагають під час змагань на уроках фізичної культури і тоді їх обирають останніми для команди чи останніми в кілометрі, або дитину ставлять у кінець шеренги через низький зріст. Такий досвід сприймається як принизливий, а через такі несприятливі чинники діти втрачають інтерес, внаслідок чого зникає мотивація до занять і спостерігається зниження відвідуваності уроків фізичної культури в школі.