

тривалості їх виконання за обсягом, раціонального співвідношення вправ різної спрямованості запропоновані диференційовані моделі розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури на прикладі дівчаток 12-13 і хлопчиків 14-15 років, тобто таких статевовікових груп, де зафіксовано максимальну в учнів основної школи морфофункціональну варіабельність.

Як показали результати формувального етапу педагогічного експерименту спроектований конструкт процесу фізичного виховання підлітків при його реалізації сприяє суттєвому покращенню фізичного стану школярів.

Висновки. Наслідком аналітичної думки є створення різних моделей диференціювання навчально-виховного процесу, що конкретно втілюється у формах, рівнях, етапах та інших різновидах наукового розмежування освітнього простору. З цього боку навчальна диференціація з фізичної культури – це не лише факт і технологія врахування індивідуальних особливостей учня, а й концептуальний опис неперервного індивідуального зростання особистості у шкільному просторі, її об'єктивних і суб'єктивних можливостей.

Література

1. Арефьев В. Г. Концептуальні основи диференціації розвивально-оздоровчих занять з фізичної культури учнів основної школи / В. Г. Арефьев // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2014. – № 4. – С. 18-23.
2. Фурман А. Системна диференціація навчання : концепція, теорія, технологія // Освіта і управління. – 1997. – Том 1. – кн. 2. – С. 37-67.
3. Арефьев В. Г. Розвивально-оздоровчі вправи – основний засіб фізичного виховання школярів / В. Г. Арефьев, Н. Д. Михайлова // Фізичне виховання в рідній школі. – № 4(92). – 2014. – С. 13-15.
4. Арефьев В. Г. Програмування змісту диференційованого фізичного виховання учнів основної школи / В. Г. Арефьев, Н. Д. Михайлова // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15. «Науково-пед. проблеми фіз. культури». – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. – Вип. 3К(110). – С. 43-47.
5. Дифференциация обучения в начальном звене / под ред. Ю. З. Гильбуха. – К., 1994. – 112 с.

References

1. Arefiev V.G. Conceptual bases of differentiation of developmental and improving classes on physical culture of students of primary school / V.G. Arefiev // Actual problems of pedagogy and psychology. - 2014. - № 4. - P. 18-23.
2. Furman A. System differentiation of learning: concept, theory, technology // Education and Management. - 1997. - Volume 1. - Book. 2, pp. 37-67.
3. Arefiev, V.G. Developmental-improving exercises - the main means of physical education of students / V.G. Arefiev, N.D. Mikhailova // Physical education in the native school. - No. 4 (92). - 2014. - P. 13-15.
4. Arefiev V.G. Programming the content of differentiated physical education of primary school students / V.G. Arefiev, N.D. Mikhailova // Scientific journal of National Pedagogical University. M.P. Dragomanov. Series 15. «Scientific-ped. problems of nat. culture. - K. : NPU M.P. Dragomanov, 2019. - Vip. 3K (110). - P. 43-47.
5. Differentiation of training in the initial link / ed. Y.Z. Gilbukh. - K., 1994. - 112 p.

Архипов О.А., Архипов С.О.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

РОЗВИТОК РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ТЕНІСІСТІВ - ПОЧАТКІВЦІВ У НАВЧАЛЬНОМУ І ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСАХ

Теоретичний аналіз обраної проблеми дав підстави створити наступні кроки щодо організації фізичної підготовки зі школярами молодшого шкільного віку: формування системи тренувальних завдань; добір відповідних фізичних вправ; визначення оптимального дозування фізичних навантажень; пошук ефективних методів організації заняття; ефективність застосування гімнастичних - координаційних вправ для формування культури рухів молодших тенісистів.

Відносний приріст у показниках фізичних якостей в експериментальних групах достовірно перевищив показники контрольної групи у більшості тестових завданнях. Експериментально доведено ефективність впливу гімнастичних вправ на формування культури рухів молодших школярів і підтверджується отриманими кількісними показниками.

Отже засоби фізичної культури застосовувані на тренувальних заняттях в кожному разі позитивно впливають на розвиток як постави, пластики і координації рухів.

Ключові слова: спеціальні рухові тести, програма комплексного розвитку рухових якостей, фізична підготовка молодших школярів - тенісистів.

Arkhyrov O.A., Arkhyrov S.O. Development of motor qualities of tennis players - beginners in the educational and training processes. The following experimental data were obtained in the work: A theoretical analysis of the selected problem gave grounds for creating the following steps regarding the organization of physical training with schoolchildren of primary school age: the formation of a system of educational tasks; selection of appropriate physical exercises; determination of the optimal dosage of physical activity; search for effective methods of organizing classes. The effectiveness of the use of gymnastic - coordination exercises to form the culture of movements of young tennis players. The relative increase in the indicators of physical qualities in the experimental groups significantly exceeded the indicators of the control groups in most test tasks. The overall level of physical fitness in terms of the mandatory comprehensive test after the experiment in boys of the control group increased by 5.9%, and in boys of the experimental group - by 26%. In girls of the control group, the level of physical fitness increased by 6.73%. In the experimental group

of girls, the level of physical fitness increased by 24%. Under the conditions of the pedagogical experiment, the level of physical fitness of the boys and girls of the experimental groups significantly increased compared with the control groups ($p < 0.05$). It is proved that a targeted continuous influence on all the motor functions of the body of boys and girls of 8-9 years, engaged in tennis, contributes to the complex physical development and improvement of physical qualities in this age. The above data indicate greater effectiveness of the proposed methodology for the integrated development of physical qualities in the process of physical education of children 8-9 years old.

The effectiveness of the influence of gymnastic exercises on the formation of the culture of movements of primary schoolchildren is proved by experimentally obtained quantitative data: posture indicators in children of the experimental group improved by 26% more than in the control group, plasticity - by 24% and coordination - by 22%, which, in our opinion, there is a high achievement. The results show that students in the control group, which did not use special exercises for posture, the development of plasticity and the development of coordination, but taking into account the use of exercises appropriate to the school curriculum, nevertheless there were changes to the best indicators: posture - by 18%, plastic - by 12 %, coordination - by 25%. This suggests that the means of physical culture used in training in each case, positively affect the development of posture, plastic and coordination of movements.

Key words: special motor tests, a program for the integrated development of motor qualities, physical training of younger tennis students.

Актуальність. У молодшому шкільному віці закладаються основи фізичної культури людини, формуються інтереси, мотивації й потреби в систематичній фізичній активності. Цей вік особливо сприятливий для оволодіння базовими компонентами культури рухів, освоєння великого арсеналу координаційних вправ при навчанні основним елементам гри у теніс [4 - 10].

Рушійною силою розвитку тренуваності є поступове нашарування позитивних зрушень в організмі від заняття до заняття. Для цього фізичну підготовку потрібно організувати так, щоб наступне заняття припадало на фазу надвідновлення від попереднього (через 24-48 год). Тому два уроки фізичного виховання на тиждень не є достатніми для фізичного вдосконалення. Це вимагає запровадження додаткових форм занять фізичною культурою в школі.

За даними фахівців (Я.С. Вайнбаум, Л.В. Волков, В.А. Голенко, А.А. Гужаловський, В.Ф. Ламейко) [4 – 8, 11] найбільш ефективною є така послідовність розв'язання тренувальних завдань: швидкість – сила – витривалість – гнучкість. Така послідовність зумовлена важливістю функціонального стану певних механізмів центральної регуляції для прояву одних якостей і не суттєвим їх значенням для прояву інших.

Вищевикладене доводить *актуальність* теми роботи та послужило підставою для проведення власних досліджень, основна мета яких полягала у застосуванні інноваційних методів розвитку та інтеграції рухових і пізнавальних процесів у молодших тенісистів, а також доцільність використання принципів біомеханіки з позицій здоров'язберігаючих технологій. Осмислення результатів теоретичного обґрунтування викладених аспектів дає можливість більш широкого використання знань про особливості рухової діяльності людини.

Об'єкт дослідження: тренувальний процес у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку з метою навчання основним елементам гри тенісистів - початківців в умовах спортивного тренування та на уроках фізичної культури, а також розвиток психофізичних функцій у дітей під впливом інтерактивних форм навчання і виховання.

Предметом дослідження є керівні положення формування програми комплексного розвитку фізичних якостей учнів 8-9 років, а також біомеханічні та психолого-педагогічні умови використання вправ на координацію коригуючої гімнастики та її вплив на формування культури рухів молодших школярів - тенісистів.

Мета дослідження полягає в експериментальному обґрунтуванні впливу гімнастичних вправ на формування культури рухів молодших школярів - тенісистів, використанні інноваційних технологій у забезпеченні розвитку та інтеграції рухових і пізнавальних процесів під час спортивного тренування тенісистів - початківців, а також можливості використання принципів біомеханіки з позицій забезпечення формування культури рухів та оптимального рухового стереотипу у дітей.

Відповідно до проблеми, мети, предмету і гіпотези були визначені наступні **завдання дослідження:**

1. Виконати теоретичний аналіз доступної літератури та обґрунтувати методіку організації фізичної підготовки з тенісистами - початківцями.
2. Сформувати експериментальну програму комплексного розвитку рухових якостей тенісистів 8-9 років, експериментально перевірити її ефективність;
3. Розробити тести для визначення постави, пластичності, координованості у тенісистів молодшого шкільного віку;
4. Розробити критерії оцінок для оцінювання постави, пластичності, координованості у тенісистів молодшого шкільного віку;

Для вирішення поставленої мети використовувалися такі методи досліджень: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури; педагогічні спостереження, педагогічне тестування, відеометрія, методи математичної статистики.

Педагогічний експеримент складався із трьох етапів: констатувального, формувального та контрольного. У процесі констатувального експерименту був визначений рівень фізичної підготовленості (за обов'язковим комплексним тестом оцінки стану фізичної підготовленості та за допомогою додаткових тестів).

Відмінністю експериментальної групи було те, що на уроках фізичної культури зі школярами даної групи активно застосовувалися засоби гімнастики. У контрольній групі заняття проводилися по звичайній програмі.

В експериментальній групі учні виконували спеціальні вправи: 1) для формування правильної постави й збереження її в русі (ході) – серія вправ на рівновагу (різновиду ходьби по гімнастичній лаві, у тому числі й з вантажем (мішечок з піском); 2) для розвитку пластичності, які включали серію вправ, що представляють різні варіанти "хвиль" тулубом убік, уперед, назад, хвилеподібні рухи руками в різних напрямках; 3) для розвитку координованості – загальнорозвиваючі вправи, виконувані поточно.

Результати дослідження. Теоретичний аналіз обраної проблеми дав нам підстави стверджувати, що організація фізичної підготовки зі школярами молодшого шкільного віку повинна включати наступні кроки: формування системи тренувальних завдань; добір відповідних фізичних вправ; визначення оптимального дозування фізичних навантажень; пошук ефективних методів організації заняття; ефективність застосування гімнастичних - координаційних вправ для формування культури рухів молодших тенісистів [3, 13, 15].

Тренувальна спрямованість кожного окремого заняття за умови трьохразових занять на тиждень не може бути цілком вибірковою, оскільки конкретні функціональні системи будуть залучатись до роботи лише раз на тиждень, внаслідок чого зникає позитивний слідовий ефект заняття; крім того втрачаються оптимальні умови вирішення освітніх завдань. Тому між заняттями комплексної та вибіркової спрямованості ми обрали альтернативний варіант – комплексні заняття із паралельним вирішенням лише двох тренувальних завдань, кожне з яких від заняття до заняття почергово змінювалось: на першому занятті виконувались вправи на удосконалення нервових процесів та виконавчого апарату, на другому – виконавчого апарату та систем вегетативного забезпечення, на третьому – нервових процесів та систем вегетативного забезпечення.

Таким чином, при 3-ох разових заняттях на тиждень лише така його структурна впорядкованість може забезпечити:

- заняття із значним, а в окремих випадках і з великим навантаженням, відновлення після яких може тривати біля 2-ох діб;

- при 3-ох разових заняттях на тиждень 2-ох разовий розвиваючий вплив на конкретні функціональні системи та одноразовий відновлюючий.

Таким чином, впорядкований нами процес розвитку фізичних якостей носить циклічний характер, де відносно завершена серія занять (три на тиждень) повторюється аж до етапу невідповідності фізичних навантажень можливостям організму тенісистів - початківців.

Засобами для розвитку фізичних якостей послужили спеціально підібрані вправи та змодельовані нами нові рухові завдання тенісистів - початківців.

З метою забезпечення відповідності змісту фізичних вправ поставленим завданням їх добір здійснювався шляхом точного моделювання в рухових діях зовнішніх характеристик тренувальних завдань. Серед них:

– тренувальна спрямованість: визначається величиною зовнішнього опору, швидкістю скорочення м'язів та тривалістю роботи;

– спрямованість тренувального впливу на усі головні м'язові групи.

Тренувальні програми формувались з допомогою спеціальної таблиці (табл. 1), де у першій колонці фіксуються дні запланованих занять в тижні, форма занять (урочна або позаурочна), та тренувальна спрямованість заняття. У другій колонці фіксується зміст тренувальних завдань. Третя колонка сформована з метою рівноцінного впливу на всі основні м'язові групи, тому вона поділена на вісім частин, в яких фіксуються згиначі та розгиначі кожної ланки тіла, що залучені до роботи при виконанні тої чи іншої вправи.

Таблиця 1

Добір засобів у тижневому мікроциклі для комплексного вирішення навчально-тренувальних завдань у фізичному вихованні учнів - тенісистів 3-го класу

Дні, спрямов.	Фізичні вправи	Стопа		Гомілка		Стегно		Тулуб		Плече		Передпл.		Кисть		
		з	р	з	р	з	р	з	р	з	р	з	р	з	р	
Се не	1) стрибки	•			•		•		•							
	2) віджимання від опори							•			•		•	•		
	3) підтягування з вису									•		•		•	•	
	4) присідання	•			•		•		•							
	5) підйом в сід з положення лежачи					•		•								
	6) утримання півприсіду	•			•		•		•							
	7) вис на зігнутих руках									•		•		•		
	8) утримання упору лежачи на зігнутих руках							•			•		•			
	9) біг 400 м	•		•	•	•	•		•							
1) біг 400м	•		•	•	•	•		•								

3. Координація визначалася за критеріями оцінок при виконанні загальнорозвиваючих вправ – поточно. Оцінювалося чітке виконання вправ і правильний перехід від однієї вправи до іншої (злитість виконання вправ), дотримання динамічної постави. За результатами тестування в контрольній групі отримані наступні результати наведені в таблиці 2.

Таблиця 2

Результати тестування в контрольній групі до і після експерименту

Вид тесту	до	після	різниця	%
постава	2,55	2,97	0,55	18
пластика	2,2	2,47	0,37	12
координація	2,14	2,8	0,76	25

Наведені вище результати показують, що у школярів які склали контрольну групу, де не проводилися спеціальні вправи на поставу, на розвиток пластичності й розвиток координації, а давалися вправи певні програмою, все ж таки відбулися зміни в кращу сторону по показниках: постава – на 18%, пластика – 12% , координація – на 25%. Це говорить про те, що засоби фізичної культури застосовували на тренувальних заняттях в кожному разі позитивно впливають на розвиток як постави, пластики, так і координацію рухів.

Застосовуючи цілеспрямовано в експериментальній групі на кожному уроці різноманітні гімнастичні вправи на поставу, на розвиток пластичності й розвиток координації, ми одержали наступні результати, які наведені в табл. 3.

Таблиця 3

Результати тестування в експериментальній групі до та після експерименту

Вид тесту	до	після	різниця	%
постава	2,68	4,46	1,83	42
пластика	2,4	4,17	1,95	44
координація	2,54	4,52	1,98	45

Можна помітити, що результати в експериментальній групі значно кращі, що показано в таблиці 4.

Таблиця 4

Порівняльні показники компонентів культури рухів молодших школярів - тенісистів контрольної й експериментальної груп наприкінці експерименту (%)

Групи	постава	%	p	пластичність	%	p	координація	%	p
контрольн	18	24,6	< 0,05	13	25,5	< 0,05	25,3	21	< 0,05
експерим.	42			45			45,2		

Примітка: (% – різниця в процентах).

Як ми бачимо, отримані результати в експериментальній групі значно більші: показники постави кращі на 24,6%, показники пластичності на 25, 5% і координації на 21%. Ще раз підкреслимо, що в процесі фізкультурних занять в експериментальній групі нами цілеспрямовано застосовувалися спеціальні вправи на поставу, що розвивають пластичність і координацію рухів. Для покращення результатів нами поступово додавалися різноманітні засоби традиційних і нетрадиційних видів гімнастики, що потребувало від дітей чіткого самоконтролю за тимчасовими, просторовими і динамічними змінними. Після реалізації експериментальної програми нами було проведено повторне визначення рівня розвитку фізичних якостей учасників дослідження. Результати тестування (табл. 4, рис. 1) свідчать про те, що в усіх групах відбулися зрушення у фізичній підготовленості та соматичному розвитку. При цьому, їх величини та напрямки у різних групах не однакові. Так, в експериментальній групі всі показники покращились; в контрольній – деякі з них дещо покращились, інші не зазнали значних змін. Так, зрушення в експериментальних та контрольних класах є вірогідними ($p < 0,05$) з причини низького вихідного рівня даних показників, а різниця між кінцевими показниками статистично не значна ($p > 0,05$).

Таблиця 4

Порівняльна характеристика результатів тестування кінцевого рівня фізичної підготовленості школярів

Статистичні показники		ЕГ (X = 30; Д = 26)			КГ (X = 32; Д = 24)			t	p	
		M	$\pm \delta$	$\pm m$	M	$\pm \delta$	$\pm m$			
1	Човниковий біг 4x9м (с)	X	11,4	0,24	0,04	12,5	0,43	0,08	4,7	<0,0
		Д	12,5	0,5	0,09	12,8	0,64	0,15	1,1	>0,0
2	Біг 30 м (с)	X	6,3	0,35	0,07	6,9	0,68	0,12	5,5	<0,0
		Д	6,9	0,49	0,09	7,3	0,41	0,07	2,6	<0,0
3	Стрибок у довжину з місця (см)	X	161	7,8	1,4	150,3	16,7	2,9	3,7	<0,0
		Д	145	13,6	2,65	143,6	14,8	3,02	1,6	>0,0
4	Віджимання в упорі лежачи (раз.)	X	26,6	6,04	1,21	21,4	7,4	1,29	3,5	<0,0
		Д	20,4	2,95	0,56	15,9	3,4	0,61	3,1	<0,0
5	Підтягування (раз.)	X	5,0	2,34	0,44	4,0	3,9	0,6	1,9	<0,0

		Д	12,0	3,54	0,69	9,0	3,24	0,65	3,6	<0,0
6	Біг 1000 м (с)	Х	263,0	29,14	5,32	292,4	45,8	8,1	4,4	<0,0
		Д	325,0	42,8	8,32	344,1	53,0	10,8	2,39	<0,0
7	Нахил тулуба стоячи (см)	Х	9,0	4,6	0,9	8,0	4,3	0,7	3,24	<0,0
		Д	12,0	5,49	1,07	9,0	5,09	1,04	2,97	<0,0

У дівчат контрольних груп амплітуда нахилу збільшилась на 0,58%, а в експериментальних – на 19,72 %. Це свідчить про податливість м'язово-зв'язкового апарату дівчат до розтягування. Різниця між величинами приросту результатів досить вірогідна ($p < 0,05$). Проте, значне середнє квадратичне відхилення результатів вказує на визначальну роль в рівні розвитку гнучкості спадкових факторів.

Середній відносний приріст у загальній фізичній підготовці у хлопчиків експериментальних груп становив 22%, контрольних – 5,5%. У дівчаток 24% та 6,91% відповідно.

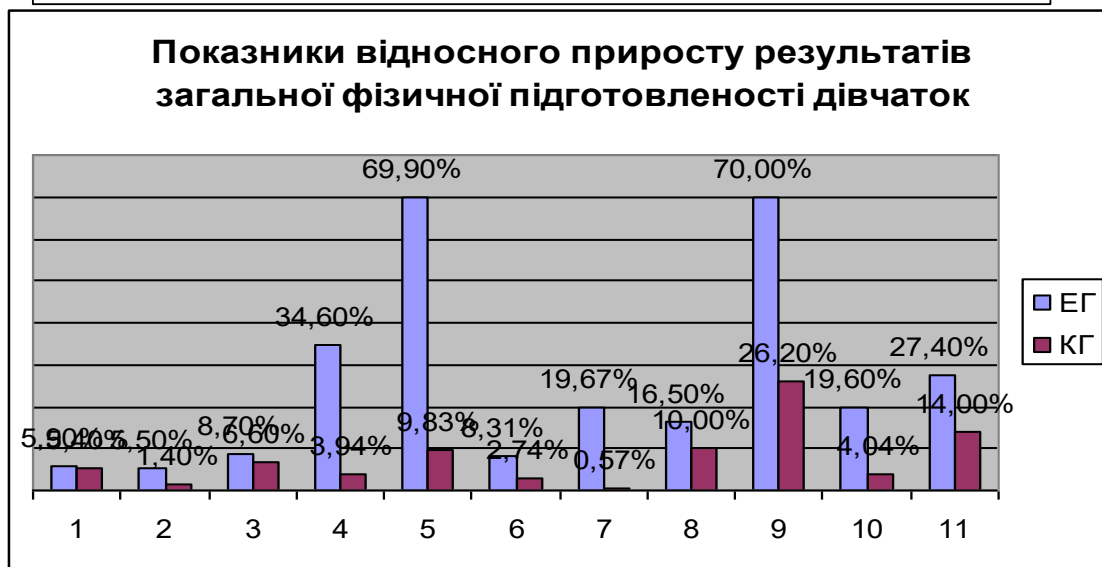


Рис. 1. Показники відносного приросту результатів фізичної підготовки учнів досліджуваних груп.

Примітка: 1 – човниковий біг 4×9 м; 2 – біг 60 м; 3 – стрибок у довжину з місця; 4 – віджимання в упорі лежачи; 5 – підтягування; 6 – біг 1000 м.

Висновки. Результати проведеного дослідження дають підстави для наступних висновків. 1. Відносний приріст у показниках фізичних якостей в експериментальних групах достовірно перевищив показники контрольної групи у більшості тестових завданнях. Загальний рівень фізичної підготовленості за обов'язковим комплексним тестом після завершення експерименту у хлопців контрольних класів покращився на 5,9%, а в хлопців експериментальних зріс на 26%. У дівчат контрольних класів рівень фізичної підготовленості покращився на 6,73 %. В дівчат експериментальних класів оцінка покращилась на 24%. В умовах педагогічного експерименту рівень фізичної підготовленості хлопів і дівчат експериментальних груп порівняно із контрольними значно підвищився ($p < 0,05$). 2. Доведено, що цілеспрямований безперервний вплив на усі рухові функції організму хлопців і дівчат 8-9 років, що займаються тенісом сприяє всебічному фізичному розвитку, вдосконаленню чутливих для розвитку у цей вік фізичних якостей. Вищенаведені результати свідчать про більшу

ефективність запропонованої нами методики формування програми комплексного розвитку фізичних якостей в процесі фізичного виховання дітей 8 - 9 років. 3. Експериментально доведено ефективність впливу гімнастичних вправ на формування культури рухів молодших школярів і підтверджується отриманими нами кількісними показниками: показники постави у дітей експериментальної групи покращилися на 26% більше, ніж у контрольної, пластичність на 24% і координація на 22%, що є, на нашу думку, дуже високим результатом.

Література

1. Архипов О.А. Біомеханічний аналіз (видання третє доповнене і перероблене). Навчальний посібник з грифом МОНУ. Київ: Талком, 2017. 241 с.
2. Архипов О.А. Особливості впровадження модульно-рейтингової системи у фізичне виховання студентства // О.А. Архипов. Теорія і практика фізичного виховання, №2. Донецьк: ДонНУ 2004. С.5-14.
3. Архипов О.А. Новітні технології навчання у фізичному вихованні студентства / О.А. Архипов // У зб.: IX міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». Київ: Олімпійська література, 2005. С. 102-103.
4. Белиц-Гейман С.П. Теннис для родителей и детей / С.П. Белиц-Гейман. – М. : Педагогика, 1988. – 224 с.
5. Вайнбаум Я. С. Дозирование физических нагрузок школьников. / Я.С. Вайнбаум. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
6. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся. / Л.В. Волков– К.: Радянська школа, 1988. – 184 с.
7. Волков Н.И. Формирование осанки у младших школьников нетрадиционными оздоровительными средствами / Н.И. Волков, Л.Л. Головина, Ю.А. Копылов, Н.В. Сквородникова. //Физическая культура. - №4, 2000. С. 35-80.
8. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. / А.А. Гужаловский– Мн.: Нар. асвета, 1978. – 88 с.
9. Голенко В.А. Академия тенниса / В.А. Голенко, А.П. Skorodumova, Ш. А. Тарпищев. – М. : Дедалус, 2002. – 240 с.
10. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов / Т.С. Иванова. - М.: Физическая культура, 2007. – 117 с.
11. Ломейко В.Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры. / В.Ф. Ломейко. – Мн.: Высш. школа, 1980 – 220 с.
12. Лях В.И. Совершенствую координационные способности / В.И. Лях // Физическая культура в школе, 1996, №4, с.18 - 20.
13. Носко М.О. Рухові якості як основні критерії рухової функції людини. / М.О. Носко, О.А. Архипов. // Вісник ЧНПУ. Вип. № 107, том II. Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів: ЧНПУ, 2013. – С. 67-70.
14. Тарпищев Ш. А. Особенности подготовки юных теннисистов / Ш. А. Тарпищев, В. П. Губа, А. Б. Самолов. – М : Физкультура и спорт, 2006. – 192 с.
15. Nosko M., Arkhypov O., Khudolii O., Filatova Z., Yevtushok M. Pedagogical Conditions for Swimming Skills Development in Students of Pedagogical Educational Institutions / M. Nosko, O. Arkhypov, O. Khudolii, Z. Filatova, M. Yevtushok // Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala; Web of Sciences (WOS); Volume 11, № 5. – 2019. P. 240-255. Режим доступу до інтернет-ресурсу:
<http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/1379>

References

1. Arkhypov O.A. (2017) Biomekhanichnyi analiz (vydannya tretie dopovnene i pereroblene). [Biomechanical analysis] Navchalnyi posibnyk. Kyiv: Talkom. 241 p. (in Ukrainian).
2. Arkhypov O.A. (2004) Osoblyvosti vprovadzhennia modulno – reitynhovoi systemy u fizychno vykhovannia studentstva [Features of the introduction of a modular – rating system in the physical education of students] «Teoriia i praktyka fizychnoho vykhovannia», №2. Donetsk: DonNU, P. 5-14. (in Ukrainian).
3. Arkhypov O.A. (2005) Novitni tekhnolohii navchannia u fizychnomu vykhovanni studentstva [Newest technologies of teaching in physical education of students] IX mezhdunarodnyi naukovyi konhres «Olimpiiskyi sport i sport dlia vsikh». Kyiv: Olympic literature. P. 102-103. (in Ukrainian).
4. Belits-Geyman S.P. (1988). Tennis dlya roditeley i detey. [Tennis for parents and children]. M. 224 p.
5. Vaynbaum Ya. S. (1991). Dozirovanie fizicheskikh nagruzok shkolnikov. [Dosing of physical activity of schoolchildren]. M. Prosveschenie, 64 p. (in Russian).
6. Volkov L.V. (1988). Fizicheskoe vospitanie uchashchysya. [Physical education of students]. K. Radyanska shkola, 184 p. (in Russian).
7. Volkov N.I., Golovina L.L., Kopylov Yu.A., Skvorodnikova N.V. (2000) Formirovanie osanki u mladshih shkolnikov netraditsionnyimi ozdorovitelnyimi sredstvami. [The formation of posture in primary school children with non-traditional recreational means]. Fizicheskaya kultura. No. 4., Pp. 35-80. (in Russian).
8. Guzhalovskiy A.A. (1978). Razvitie dvigatelnykh kachestv u shkolnikov [The development of motor quality schoolchildren]. Mn. Nar. Asveta. 88 p. (in Russian).
9. Golenko V.A., Skorodumova A.P., Tarpischev Sh. A. (2002). [Tennis Academy]. Akademiya tennisa. M. Dedalus. – 240 p. (in Russian).
10. Ivanova T.S. (2007). Organizatsionno-metodicheskie osnovy podgotovki yunyh tennisistov. [Organizational and methodological foundations of training young tennis players]. M. Fizicheskayakaya kultura. 117 p. (in Russian).

11. Lomeyko V.F. (1980) Razvitiye dvigatelnykh kachestv na urokah fizicheskoy kulturyi [The development of motor qualities in physical education lessons.]. Mn.: Vyssh. Shkola. 220 p. (in Russian).
12. Lyah V.I. (1996). Sovershenstvuya koordinatsionnye sposobnosti. [Improving coordination abilities]. Fizicheskaya kultura v shkole. No. 4, Pp.18 - 20. (in Russian).
13. Nosko M.O., Arkhypov O.A. (2013) Motor quality as the main criteria of physical human feature. Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Iss. No. 107, Vol. II. Series: Pedagogical Sciences. Physical education and sports. Pp. 67-70. (in Ukrainian).
14. Tarpischev Sh. A. Guba V. P., Samolov A. B. (2006). Osobennosti podgotovki yunyh tennisistov. M.Fizkultura i sport. 192 p. (in Russian).
15. Nosko M., Arkhypov O., Khudolii O., Filatova Z., Yevtushok M. (2019) Pedagogical Conditions for Swimming Skills Development in Students of Pedagogical Educational Institutions. Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala; Web of Sciences (WOS); Vol. 11, No. 5. P. 240-255. <http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/issue/view/RREM.11.2201.9>

УДК 378.13 К

Безкопильний О.О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси
В'яла О.М.
кандидат педагогічних наук,
викладач кафедри фізичної реабілітації
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КЕЙС-МЕТОДУ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ

В статті розкрито організаційно-методичні особливості застосування кейс-методу у підготовці майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі. Результатами анкетування обґрунтовано важливість впровадження в освітній процес закладів вищої освіти України, що готують майбутніх учителів фізичної культури сучасних методів навчання. Проте зазначено, що на практиці лише 33,5% викладачів застосовують у роботі інтерактивні методи. Наведено приклад роботи на заняттях зі «Шкільного курсу фізичної культури та методики викладання» на основі застосування кейс-методу. Підсумком є те, що представлений підхід до організації навчальної роботи під час семінарських занять з професійно-орієнтованої дисципліни стимулює інтерес та активізує діяльність студентів.

Ключові слова: підготовка, кейс-метод, майбутні вчителі фізичної культури, здоров'язбережувальна діяльність, основна школа.

Безкопильний А. А., Вялая О. Н. Организационно-методические особенности применения кейс-метода в подготовке будущих учителей физической культуры к здоровьесберегательной деятельности в основной школе. В статье раскрыты организационно-методические особенности применения кейс-метода в подготовке будущих учителей физической культуры к здоровьесберегательной деятельности в основной школе. Результатами анкетирования обоснована важность внедрения в образовательный процесс высших учебных заведений Украины, которые готовят будущих учителей физической культуры современных методов обучения. Однако отмечено, что на практике лишь 33,5% преподавателей применяют в работе интерактивные методы. Представлено пример работы на занятиях по «Школьному курсу физической культуры и методике преподавания» на основе применения кейс-метода. Итогом является то, что представленный подход к организации учебной работы во время семинарских занятий по профессионально-ориентированной дисциплине стимулирует интерес и активизирует деятельность студентов.

Ключевые слова: подготовка, кейс-метод, будущие учителя физической культуры, здоровьесберегательная деятельность, основная школа.

Bezcopylny O. O., Vyala O. M. Organizational and methodological peculiarities of the case-method's use in the future physical culture teachers' preparation to their health reservation activity in the primary school. The essence of case-technologies is revealed in the article and the results of the experimental substantiation of the effectiveness of their use in the future teachers of physical culture preparation to the health reservation activity in the primary school are presented. Such methods of research, as scientific-methodological literature analysis, questionnaire, testing, pedagogical experiment, and mathematical statistics methods are used in the work.

Questionnaire results have substantiated the importance and actuality of the implementation of the modern teaching methods to the educational process of the higher education establishments of the Ukraine training future teachers of physical culture. However, it has been admitted, that in practice only 33,5% of teachers use in their work interactive methods, while 41,8% use them partially; 24,7% of the teachers questioned never use interactive teaching methods.

An example of work in the classes in "The school course of physical culture and methodology of teaching" with the