

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).09

Абрамов С. А.  
старший викладач кафедри здоров'я та спортивних технологій  
Шишацька В. І.  
старший викладач кафедри здоров'я та спортивних технологій  
Національний технічний університет України  
Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ВМІННЯ КОРЕКЦІЇ ТЕХНІКИ ВИКОНАННЯ РУХОВИХ ДІЙ У ВОЛЕЙБОЛІ

В статті розкрито особливості формування у студентів вмінь по корекції техніки виконання рухових дій у волейболі. В ході дослідження виявлено, необхідність у висококваліфікованих фахівцях з фізичної культури та спорту та недостатнім рівнем готовності випускників закладів фізичної культури до здійснення професійної діяльності. В статті представлено алгоритм практичних дій студентів закладів вищої освіти в процесі корекції техніки рухових дій. Виявлено найбільш значущі та складно-сформовані вмінь з корекції техніки волейболу. Визначено, що процес формування умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі, здійснюється на основі використання з тимчасових педагогічних технологій навчання.

**Ключові слова:** волейбол, фізичне виховання, студенти, рухові дії, техніко-тактична підготовка, фізичні вправи.

**Abramov S., Shishatska V. Features of developing the skills of correcting the technique of performing movement actions in volleyball in students.** The article reveals the peculiarities of students' ability to correct the technique of performing movement actions in volleyball. In the course of the study, the need for highly qualified specialists in physical culture and sports and the insufficient level of readiness of graduates of physical culture institutions to carry out professional activities were revealed. The article presents the algorithm of practical actions of students of higher education institutions in the process of correcting the technique of motor actions. The most significant and complex skills in correcting volleyball technique have been identified. It was determined that the process of forming skills in correcting the technique of performing motor actions in volleyball is carried out on the basis of the use of temporary pedagogical learning technologies. Based on this, the modern education system faces new tasks of training highly qualified specialists who are able to master the latest technologies, which have high mobility and adaptation to changing industrial and social requirements. In addition, in the conditions of renewal of all spheres of life, a modern specialist needs not only deep and solid knowledge and developed thinking, but also the ability to apply them in a changed or non-standard situation, the ability to creatively approach problem solving.

The modern level of development of physical culture and sports makes high demands on the professional training of future specialists in this field.

**Keywords:** volleyball, physical education, students, motor actions, technical and tactical training, physical exercises.

**Постановка проблеми.** Реформа вищої освіти, радикальні зміни в соціальному, економічному та політичному житті країни наполегливо вимагають перегляду ряду ключових позицій вищої освіти загалом та фізкультурної освіти зокрема. Виходячи з цього, перед сучасною системою освіти ставляться нові завдання з підготовки висококваліфікованих фахівців, здатних освоїти новітні технології, що мають високу мобільність і адаптацію до мінливих виробничих і соціальних вимог. Крім цього, в умовах оновлення всіх сфер життя сучасному фахівцю необхідні не тільки глибокі та міцні знання та розвинене мислення, а й уміння застосовувати їх у змінній чи нестандартній ситуації, здатність творчо підійти до вирішення проблем. Сучасний рівень розвитку фізичної культури та спорту пред'являє високі вимоги до професійної підготовки майбутніх спеціалістів у даній галузі. Однією з найважливіших проблем сучасного фізкультурного руху є проблема підготовки висококваліфікованих тренерських кадрів. У зв'язку з цим у процесі підготовки студентів закладів фізичної культури особливу увагу необхідно приділяти формуванню професійних умінь та навичок.

**Аналіз літературних джерел.** Динамічний характер фізичної культури наголошують В. К. Бальсевич, А. А. Гужаловський, В. М. Платонов, розглядаючи її як процес розвитку «сутнісних сил» людини, що є суб'єктом культурно-історичного процесу. Рівень професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту багато в чому залежить від наявності наукових та методичних розробок у даній галузі пізнання. У спеціальній навчальній та науково-методичній літературі представлені лише питання підготовки тренера в контексті найбільш загальних вимог до його професійної діяльності.

Проте проблемі професійної підготовки тренера з волейболу нині приділяється недостатньо уваги. Вдосконалення спортивної підготовки у волейболі, що протікає в екстремальних умовах, ґрунтується, перш за все, на виявленні та оцінці спеціальних здібностей до вирішення оперативних завдань, необхідних дій та операцій, на створенні оптимальних умов розвитку та реалізації даних здібностей. У цьому аспекті результативність діяльності змагання багато в чому визначається технічною підготовленістю. Останнє пред'являє високі вимоги до тренерів, які керують цим процесом. В аспекті досліджуваної проблеми науковці розглядають ціннісні орієнтації студентів як методи диференціації об'єктів фізичної культури з їхньої значимості. На різноманітних компонентах фізичної культури, форми та види якої представлені крізь призму з'ясування їх ролі, місця та взаємозв'язку у загальній системі факторів, спрямованих на

оптимізацію фізичного стану та розвитку людини, акцентують увагу такі дослідники, як І. М. Аршавський, В. М. Заціорський, В. В. Петровський. Аналіз літературних джерел та нормативних документів свідчить про те, що проблемі формування професійних умінь у спеціалістів з фізичної культури та спорту присвячено значну кількість робіт. Але, на наш погляд, недостатньо уваги приділено формуванню професійних умінь у майбутніх тренерів з волейболу, а також розробці засобів та умов їх формування.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Волейбол є одним із найпопулярніших видів спорту для студентської молоді, тому він включається кафедрами фізичної культури багатьох закладів вищої освіти до робочих та навчальних програм з фізичного виховання студентів, які займаються як у навчальних групах, так і у спортивних відділеннях. Застосовуючись у навчальному процесі як фізичного виховання, він позитивно впливає на зміцнення і збереження здоров'я студентів, розвиток фізичних якостей, сприяє формуванню необхідних рис в майбутній професійній діяльності.

Сучасний волейбол вимагає від спортсменів якісного, ефективного та раціонального виконання технічних прийомів, у зв'язку з цим, велике значення має рівень сформований у тренерів з волейболу професійних знань та умінь щодо вирішення завдань технічної підготовки спортсменів. В даному аспекті, одними з провідних є вміння, спрямовані на вирішення завдань щодо виявлення та виправлення помилок у техніці.

У зв'язку з цим, особливої актуальності набуває вивчення проблеми формування у студентів закладів фізичної культури умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі студентської молоді є систематичне відвідування занять з фізичного виховання. Проте за формою, змістом та способами проведення вони не завжди відповідають потребам сучасного студентства. Всебічний аналіз проблеми виявлення основних суперечностей у процесі формування фізичної культури студентства є тим більш необхідним, що тільки їх вирішення зможе забезпечити підстави для якісних змін у становленні здорового способу життя та життєвих стратегіях молодого покоління, спрямовані на постійне зміцнення та міле використання потенціалу психічних та фізичних сил організму.

Педагогічні вміння є найважливішим компонентом кваліфікаційної характеристики педагога, а їх формування - складовою системи професійно-педагогічної підготовки в закладах вищої освіти. Однак, лише незначна частина випускників закладів вищої освіти фізичної культури має достатній рівень сформованості професійних умінь.

У дослідженнях авторів зазначають, що формування умінь відбувається виключно в процесі діяльності, тому ця діяльність має бути спеціально організована та носити цілеспрямований характер у період навчання студентів в закладах вищої освіти у період професійної підготовки, де студенти проходять поглиблену спеціалізацію з обраної спеціальності. Під спеціалізацією розуміється формування у студента спеціальних знань, умінь і навичок у рамках основної професійно-освітньої програми з даної спеціальності, що враховує специфіку майбутньої професійної діяльності фахівця даної кваліфікації. Останнім часом дослідження з проблеми професійно-педагогічних умінь активізувалися і ведуться в різних напрямках. Зокрема, ведеться розробка професіограм, у яких фіксується зміст і структура теоретичних знань і умінь. У багатьох роботах вивчалися питання змісту, форм, засобів і методів формування педагогічних умінь, визначалися різні функції викладача. Існує досить багато досліджень з питань формування професійно-педагогічних умінь викладача фізичної культури в школі, проте нами знайдено поодинокі роботи, що відображають зміст та методику формування даних умінь у тренерів з різних видів спорту.

Високий рівень сучасних спортивних результатів вимагає від спортсмена, нарівні з високим рівнем фізичної підготовленості, вчиненого володіння раціональною технікою руху. Поряд з цим постає питання про детальне вивчення структури рухових дій і на цій основі - оптимізація методики навчання та вдосконалення техніки рухів спортсменів.

Техніка не відокремлена від дій спортсмена, які виникають у змагальному процесі, і є необхідним атрибутом змагальних дій. Аналіз науково-методичної літератури з волейболу показав, що в даний час увага авторів спрямована на вивчення та аналіз характерних ознак та особливостей техніки, а також на дослідження факторів, які забезпечують раціональне та ефективне виконання рухових дій спортсменом. Однак, як і в будь-якому виді спорту, провідна роль у підготовці та управлінні процесом технічної майстерності спортсменів належить тренеру. Особливості його професійної діяльності зумовлюються особливостями і специфікою даного виду спорту. Педагогічна майстерність тренера безпосередньо у тренувальному процесі обумовлюється його вміннями здійснювати візуальний контроль за руховою діяльністю гравця, аналізувати його помилки, своєчасно їх коригувати. Багато дослідників у галузі фізичної культури та спорту вважають ці вміння провідними, а тренери високо оцінюють їхню значимість.

Досліджуючи сучасний стан питання професійної підготовки у закладах фізичної культури, вказує на невідповідність між вимогами, що висуваються до сьогоднішніх фахівців і тією практикою, яка склалася в структурі професійної підготовки. До основних причин цього автор відносить: відсутність теоретичних засад вищої освіти; фрагментарний, багатопредметний характер підготовки спеціалістів; механічне «протягування» методик із практики сучасної освіти до практики освіти дорослих; рутинний характер педагогічного процесу з орієнтацією на передачу абстрактних знань, найчастіше відірваних від практики. Особливої актуальності набуває проблема впровадження та використання сучасних педагогічних технологій на етапі реорганізації вищої освіти, що передбачає використання всіх можливостей студента, та створення сприятливих психолого-педагогічних умов для підвищення якості професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту. Одним із значних компонентів стратегії перебудови вищої освіти є орієнтація на активне навчання. Практика та досвід використання активного навчання в системі вищої освіти в цілому, і у вищій фізкультурній освіті, зокрема, показує, що за допомогою його форм, методів і засобів можливо цілеспрямовано та ефективно підвищувати рівень сформованості професійних умінь. Особливо, слід зазначити досвід розробки активних методів навчання під час підготовки фахівців із фізичної культури та спорту. Широке поширення набули ділових ігор, вирішення проблемних ситуацій, педагогічних завдань і завдань-проблем.

Таким чином, для формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у майбутніх тренерів

з волейболу, необхідно розробити спеціальну методичку, засновану на поетапному формуванні умінь на основі використання сучасних педагогічних технологій. Це також передбачає виявлення комплексу найбільш значущих і складно-сформованих умінь з корекції техніки волейболу, розробку алгоритму практичних дій тренера в процесі виявлення та виправлення технічних помилок.

Для ефективного використання методички формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі розроблено та обґрунтовано комплекс педагогічних умов: виявлено найбільш значущі та складно-сформовані вміння майбутнього тренера з корекції техніки волейболу; процес формування умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі здійснюється на основі використання сучасних педагогічних технологій навчання; розроблено алгоритм практичних дій тренера в процесі корекції техніки рухових дій.

**Висновки.** Таким чином, отримані результати дають право зробити висновок про те, що сформульована у дослідженні мета досягнута, висунута гіпотеза підтверджена, поставлені завдання вирішені. Розроблені педагогічні умови, апробована методика формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі можуть бути підставою для подальших досліджень даної проблеми. Пріоритетними напрямками досліджень, на наш погляд, можуть бути наступні: виявлення, вивчення та цілеспрямоване формування низки інших професійно-значущих умінь майбутніх спеціалістів з фізичної культури та спорту, зокрема, у тренерів з волейболу.

#### Література

1. Проценко Г. Визначення особистісно-орієнтованого стилю спілкування тренера в процесі тренувальної та змагальної діяльності юних волейболісток // Молода спортивна наука України. 2008. Т. I. С. 270.
2. Соколькова О. Структура та зміст тренувальної роботи учнів-волейболістів 10–11 класів протягом підготовчого періоду річного циклу підготовки в спортивній секції // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк. 2012. № 4 (20). С. 486–491.
3. Фалькова Н. І. Професійно-прикладна фізична підготовка студенток економічних спеціальностей з урахуванням їх морфофункціональних особливостей : автореф. дис.... канд. наук з фіз. культури і спорту. Донецьк. 2002. – 20 с.
4. Шигалевський В. В. Фізичні здібності студентської молоді Донбасу на початку третього тисячоліття // Спортивний вісник Придніпров'я. 2001. С. 82–84.
5. Демчишин А. Д. Волейбол – гра для всіх. К. : «Здоров'я». 2002. – 83 с.
6. Міщук Д. М. Характеристика ігрових амплуа у волейболі / Д.М. Міщук / Вісник Чернігівського педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. 2015. – С. 48–51.

#### Reference

1. Protsenko H. (2008) Determination of the coach's personal-oriented communication style in the process of training and competition of young volleyball players // Young sports science of Ukraine. T. I. S. 270.
2. Sokolvak O. (2012) The structure and content of training work of volleyball students in grades 10–11 during the preparatory period of the annual cycle of training in the sports section // Physical education, sport and health culture in modern society: coll. of science Volyn Ave. national University named after Lesya Ukrainka. Lutsk. No. 4 (20). P. 486–491.
3. Falkova N. I. (2002) Professional and applied physical training of female students of economic specialties taking into account their morphological and functional features: autoref. thesis... candidate sciences in physics culture and sports. Donetsk. – 20 p.
4. Shigalevskiy V.V. (2001) Physical abilities of student youth of Donbas at the beginning of the third millennium // Sportivnyi visnyk Prydniprovyia. p. 82–84.
5. Demchishin A. (2002) Volleyball - a game for all / Demchishin A. - K.: Health. - 83 p.
6. Mishchuk D. (2015) Characteristics of playing roles in volleyball / D. Mishchuk / Bulletin of the Chernihiv Pedagogical University. Shevchenko. - P. 48–51.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).10  
УДК 797.2:796.01:612/37.013.75

Акопов О.,  
аспірант.

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро

### ВПЛИВ АВТОРСЬКОЇ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БОКСЕРІВ 10-11 РОКІВ В УМОВАХ ОНЛАЙН-ТРЕНУВАНЬ НА ПОКАЗНИКИ ЇХ ФІЗИЧНОГО СТАНУ

**Мета** – визначити динаміку рівня фізичного стану боксерів 10-11 років протягом року онлайн тренувань боксом у домашніх умовах. **Матеріали і методи:** у дослідженні прийняло участь 15 боксерів, які знаходились на етапі початкової підготовки. Проводився аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, застосовувались функціональні методи дослідження, методи математичної статистики. **Результати:** визначено динаміку рівня фізичного стану боксерів на етапі початкової підготовки. **Висновки.** Встановлено, що відбулися статистично достовірні зміни у показниках функціональних проб Штанге і Генча ( $p \leq 0,01-0,05$ ), індексу гіпоксії ( $p \leq 0,01$ ), індексу Робінсона ( $p \leq 0,05$ ), проб Ромберга та Яроцького ( $p \leq 0,01-0,05$ ), проби на кінестетичну чутливість з динамометром ( $p \leq 0,01-0,05$ ), показників фізичної підготовленості ( $p \leq 0,01-0,1$ ): швидкісних можливостей за тестами «Біг на 30 м» та «Біг на 60 м» ( $p \leq 0,01$ ), швидкісно-силових за тестом «Стрибок у довжину з місця» ( $p \leq 0,01$ ), силових – за тестом «Згинання-розгинання рук в упорі лежачи» ( $p \leq 0,05-0,01$ ) та