МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА

ДОЦЕНКО ОЛЕНА ВОЛОДИМИРІВНА

УДК : 374.016:796 – 053.6

ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНИМ ОРІЄНТУВАННЯМ У ПОЗАШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

13.00.02 – теорія і методика навчання
(фізична культура, основи здоров'я)

Автореферат

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата педагогічних наук

Київ – 2015

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Національному технічному університеті України «Київський політехнічний інститут», Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник – доктор педагогічних наук, професор
ВИХЛЯЄВ ЮРІЙ МИКОЛАЙОВИЧ,
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут»,
професор кафедри фізичного виховання.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
ГРИБАН ГРИГОРІЙ ПЕТРОВИЧ,
Житомирський державний університет
імені Івана Франка,
завідувач кафедри фізичного виховання та рекреації;

доктор педагогічних наук, доцент
ДУДОРОВА ЛЮДМИЛА ЮРІЇВНА,
Київський національний університет
технологій та дизайну,
завідувач кафедри фізичного виховання і
здоров'я.

Захист відбудеться 28 *жовтня 2015 р. о 12^{00}* годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.14 в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: 01601 м. Київ, вул. Пирогова 9.

Із дисертацією можна ознайомитися у Науковій бібліотеці Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (м.Київ, вул. Пирогова 9).

Автореферат розіслано 26 вересня 2015 року.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради С. В. Федоренко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність і доцільність дослідження. Здоров'я підростаючого покоління є безперечним пріоритетом та найвищою цінністю і надбанням держави. Між тим, унаслідок соціально-політичних, демографічних змін і екологічної кризи зростає кількість молоді з фізичними і психічними хворобами, що спонукало фахівців розробити в Україні Державну цільову соціальну програму з розвитку фізичної культури та спорту на період до 2020 року. Згідно з програмою розроблено ряд реформ, метою яких є підвищення якості фізичного розвитку сучасних підлітків та їх здоров'я.

Одним із небагатьох способів фізичного розвитку підлітків є спортивні тренування у позашкільних навчальних закладах. В свою чергу спортивне орієнтування є одним із перспективних видів спорту для позашкільних навчальних закладів: по-перше, воно не потребує будівництва капітальних споруд і значного фінансування, складного обладнання, по-друге, має велике оборонне значення: підлітки практично оволодівають навичками розвідників і вміють безпомилково орієнтуватися у незнайомій місцевості, а також готові на високій швидкості долати значні відстані в умовах важкопрохідного лісу, заболочених ділянок, чагарників або складних перепадів рельєфу, що є метою підготовки будь-яких армійських підрозділів. Таким чином, позашкільні навчальні заклади надають знання з орієнтування, формують уміння та навички, що необхідні майбутнім захисникам нашої держави та мають велике практичне значення для представників інших видів діяльності – геологів, авіаторів, пожежників, моряків, водіїв тощо, а психо-інтелектуальні здібності та морально-вольові якості, які розвиває цей вид спорту, характерні майже для всіх сучасних професій, необхідних для економіки України.

Натомість аналіз наявних програм навчально-виховного процесу підлітків зі спортивного орієнтування у позашкільних навчальних закладах (секції зі спортивного орієнтування у центрах творчості, центрах туризму, позаурочні секції спортивного орієнтування у школах, інтернатах, дитячо-юнацьких спортивних школах) свідчать про суттєві розбіжності між надбаннями сучасних наукових досліджень, що наголошують на посиленні роботи з техніко-тактичної підготовки підлітків (Ю. Воронов, О. Данильченкова, А. Іванов, Я. Сіраковська, Л. Пронтішева, В. Чешихіна, А. Ширинян та інші), і практичною роботою тренерів, які згідно з наявними навчальними програмами приділяють більшу частину годин підвищенню фізичної підготовленості орієнтувальників, що може згодом обернутись серйозними недоліками у становленні їх майстерності.

Прискіпливо вивчаються фізичні, психічні, інтелектуальні можливості дітей шкільного віку (В. Ареф'єв, О. Дубогай, Т. Круцевич, Л. Сергієнко та інші), але особливості їх прояву під час занять тими чи іншими видами спорту досліджені лише частково, до того ж є необхідність урахування в процесі занять фізичними вправами їх морфофункціональних розбіжностей, оскільки діти одного віку та статі не становлять однорідної групи, а процес зростання та розвитку організму школярів зазнає чималих індивідуальних коливань.

Широко досліджені механізми формування рухових умінь та навичок (П. Анохін, М. Бернштейн, Г. Грибан, І. Земцова, Ю. Железняк, В. Клименко,

В. Мазниченко, В. Фарфель, В. Ягупов та інші), але формування спеціальних (техніко-тактичних) умінь та навичок, що пов'язані з проявом інтелектуальних, психологічних та морально-вольових можливостей у спорті і, зокрема, у спортивному орієнтуванні, має свої особливості та потребує додаткового вивчення.

В останні роки значна увага приділяється моделюванню навчально-тренувального процесу різносторонньої підготовленості в окремих видах спорту, управлінню руховими діями (Г. Арзютов, О. Архипов, Ю. Вихляєв, І. Медведєва, В. Платонов, О. Приймаков, О. Тимошенко та багато інших дослідників), але охопити всі сторони (з урахуванням як вікових, технічних, тактичних, психологічних, статевих диморфізмів, так і особливостей етапів, видів змагальних вправ тощо) спортивної підготовки неможливо. Ось чому досліджуючи будь-який процес, особливо в таких складних видах спорту, як спортивне орієнтування, необхідно створювати спеціалізовані моделі, де будуть надані у рамках системного підходу методи, способи, прийоми досягнення поставленої мети.

Узагальнення результатів теоретичних досліджень із проблеми формування спеціальних умінь та навичок підлітків 12–14 років дозволило констатувати низку *суперечностей між*:

- загальновизнаною у спеціальній літературі потребою розвитку якісних спеціальних умінь та навичок, досягнення високого рівня психо-інтелектуальних та морально-вольових якостей і сприймань як складової спеціальної (техніко-тактичної) підготовленості у спортивному орієнтуванні та недостатньою розробленістю теоретичного обґрунтування та методичного забезпечення їх формування у підлітків 12–13 років в освітньому процесі позашкільних навчальних закладів;

- застарілими чинними програмами навчально-виховного процесу підлітків зі спортивного орієнтування та надбаннями сучасних наукових досліджень, зокрема це стосується: а) співвідношення навчально-тренувальних годин, що виділяються на загальну і спеціальну фізичну підготовку та інші види підготовки; б) можливості впровадження інтерактивних методів навчання; в) застосування мультимедійних і технічних засобів навчання та техніки безпеки;

- намаганнями тренерів-практиків інтенсифікувати та прискорити навчальний процес із формування спеціальних умінь і навичок підлітків у спортивному орієнтуванні та відсутністю науково обґрунтованої моделі цього процесу, інноваційної методики, розроблених педагогічних умов ефективного їх набуття.

Усе вищезазначене дає підстави стверджувати, що проблема формування спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років шляхом застосування інновацій та оптимізації їх навчального процесу в позашкільних навчальних закладах є актуальною та потребує проведення наукового дослідження, що й зумовило вибір теми дисертаційної роботи «Формування спеціальних умінь та навичок підлітків у процесі занять спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дисертаційного дослідження є плановою у структурі науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання Національного технічного університету України «КПІ» в межах теми «Розробка технологій удосконалення навчального процесу з

фізичного виховання у навчальних закладах» (протокол № 3 від 14.11.2010) і виконана згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи Міністерства освіти і науки України на 2011–2015 роки за темою: «Удосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах» (№ держреєстрації 0111U001733). Тема дисертації затверджена вченою радою Національного технічного університету України «КПІ» (протокол № 3 від 10.11.2010) та узгоджена у Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень із педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 7 від 24.09.2013).

Мета дослідження – розробити, обґрунтувати та експериментально дослідити методику формування спеціальних умінь та навичок підлітків (12–13 років) у процесі занять спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах для зміцнення їх здоров'я, підвищення фізичної підготовленості, рівня фізичної та розумової працездатності.

Відповідно до поставленої мети дослідження передбачалось вирішення таких **завдань:**

1. Здійснити теоретичний аналіз літературних джерел з питань формування спеціальних умінь та навичок підлітків, які займаються спортивним орієнтуванням.

2. Визначити тести, показники та критерії оцінювання спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, відповідно до їх можливостей.

3. Розробити модель навчального процесу з формування спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років засобами спортивного орієнтування у позашкільних навчальних закладах.

4. Розробити та експериментально обґрунтувати методику формування спеціальних (техніко-тактичних) умінь і навичок та її складових – психо-інтелектуальних та морально-вольових якостей підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням.

Об'єкт дослідження – навчально-виховний процес підлітків у позашкільних навчальних закладах.

Предмет дослідження – методика формування спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах.

Для досягнення поставленої мети й розв'язання завдань нами розроблено програму дослідження, яка передбачала використання комплексу **методів дослідження:** *теоретичні:* аналіз психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури, нормативних документів із проблеми дослідження; класифікація й систематизація теоретичних та експериментальних даних; узагальнення досвіду тренерів зі спортивного орієнтування для виокремлення якостей та їх складових, що забезпечують спеціальну підготовленість підлітків; аналіз, моделювання, класифікація й узагальнення з метою визначення можливостей методів та засобів навчально-виховного процесу; *емпіричні:* методи збору інформації (опитування, тестування, педагогічне спостереження), що сприяли вивченню стану досліджуваної проблеми; *педагогічний експеримент* з метою перевірки запропонованої методики; методи концептуально-порівняльного аналізу, метод структурно-системного аналізу

та моделювання, за допомогою яких визначалися особливості впровадження експериментальної методики; *методи математичної статистики* для перевірки педагогічної ефективності розробленої методики.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що *вперше*:

- обґрунтовано тести, показники та критерії оцінювання спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, відповідно до їх можливостей;

- встановлено особливості розвитку психо-інтелектуальних та морально-вольових якостей і сприйнять, як складових спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років у спортивному орієнтуванні;

- розроблено модель навчально-виховного процесу з формування спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років засобами спортивного орієнтування у позашкільних навчальних закладах;

- обґрунтовано методику формування спеціальних умінь та навичок у навчально-виховному процесі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, особливостями якої є: посилена спрямованість на варіативність оволодіння вміннями та навичками у різних педагогічних умовах, застосування ігрового методу, поєднання годин на розвиток фізичних якостей і оволодіння спеціальними вміннями та навичками; застосування інноваційних мультимедійних та технічних засобів навчання, контролю та безпеки дітей.

Уточнено педагогічні умови ефективного засвоєння спеціальних умінь та навичок підлітками, які займаються спортивним орієнтуванням.

Подальшого розвитку набули знання про особливості прояву морально-вольових та психо-інтелектуальних якостей у підлітків 12-13 років, які займаються спортивним орієнтуванням.

Практичне значення одержаних результатів визначається розробкою методики формування та розвитку спеціальних умінь і навичок підлітків 12–13 років із застосуванням різноманітних засобів, способів та інтерактивних методичних прийомів, алгоритму побудови змісту, інтенсивності та спрямованості занять із різним обсягом рухової, розумової та вольової активності, що було впроваджено у навчально-виховний процес позашкільних навчальних закладів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, шкіл олімпійського резерву, збірних команд різного рівня, зокрема Центру туризму та краєзнавства учнівської молоді м. Сєвєродонецьк (довідка № 75 від 23.04.2013), Центру творчості дітей та юнацтва «Шевченківець» м. Київ (довідка № 94/1 від 02.10.2014), спеціалізованої школи I–III ступенів № 102 м. Київ (довідка № 17 від 10.09.2014), школи I–III ступенів № 1 м. Київ (довідка № 28 від 28.08. 2014), Вінницької міської дитячо-юнацької спортивної школи № 2 (довідка № 2 від12.03.2013), Інституту фізичного виховання і спорту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (довідка № 2 від 24.05.2013), дитячо-юнацької спортивної школи № 12 м. Київ (довідка № 74 від 11.11.2014), комплексної дитячо-юнацької школи № 3 відділу молоді та спорту Сєвєродонецької міської ради (довідка № 15 від 26.03.2014), комплексної дитячо-юнацької спортивної школи «Пуща-Водиця» м. Київ (довідка № 43 від 18.02.2014). Також матеріали досліджень можуть бути

використані у навчальному процесі підготовки майбутніх фахівців ВНЗ як спортивного так і військового профілю, та у післядипломній освіті.

Створено авторську експериментальну програму навчально-тренувального процесу для учнів 1–4-го років навчання позашкільних навчальних закладів України зі спортивного орієнтування (секції зі спортивного орієнтування у центрах творчості, центрах туризму та краєзнавства, позаурочні секції спортивного орієнтування у школах, інтернатах, дитячо-юнацьких спортивних школах).

Особистий внесок здобувача у спільно опублікованих працях полягає в обґрунтуванні основних ідей і положень досліджуваної проблеми [1–6]; формуванні мети та завдань дослідження; модифікації засобів, методів, педагогічних умов, методичних прийомів, форм організації і особливостей навчально-тренувальних занять зі спортивного орієнтування [8–10], дослідженні та обґрунтуванні методики оцінки техніко-тактичних якостей орієнтувальників, розробці моделі та інноваційної методики формування спеціальних умінь, навичок та психо-інтелектуальних і морально-вольових якостей, сприймань підлітків 12–13 років у навчально-виховному процесі позашкільних начальних закладів [4; 14; 15; 17].

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження обговорювалися під час виступів із доповідями на міжнародних і всеукраїнських конференціях: Международная научно-практическая конференция начинающих исследователей «Современные инновационные технологии укрепления здоровья, физической подготовки и спортивного совершенствования молодёжи», м. Одеса, 2010 р.; «Nauka w swieciew spolczesnym», Lodz (Польща), 2013р.; Міжнародна науково-практична конференція студентів, аспірантів і молодих учених «Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні студентів» м. Київ, 2013 р.; VI Міжнародна наукова конференція пам'яті Лапутіна Анатолія Миколайовича «Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту», Чернігів, 2013 р.; IX Міжнародна науково-методична конференція «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти», м. Київ, 2014 р.; VI международная научно–практическая конференция «Здоровье для всех», м. Пінськ, Беларусь, 2015 р.; VI регіональна науково-методична конференція «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти», м. Київ, 2011 р.; V регіональна науково-методична конференція «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти», Київ, 2010 р.; VII Всеукраїнська науково-методична конференція «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти», Київ, 2012 р.; Всеукраїнський семінар тренерів зі спортивного орієнтування, м. Київ, 2011 р.. Матеріали дослідження також обговорювались на звітних науково-практичних конференціях кафедри фізичного виховання Національного технічного університету України «КПІ» (2011–2015).

Публікації. Основні положення дисертаційної роботи відображено у 17 публікаціях, серед яких 6 статей у фахових наукових виданнях України, 1 стаття в іноземному науковому періодичному виданні, 3 статті у наукових періодичних виданнях України, 7 – матеріали іноземних, міжнародних та всеукраїнських конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (269 найменувань, із них 32 –

іноземними мовами). Робота містить 12 таблиць та 8 рисунків. Загальний обсяг дисертаційної роботи становить 223 сторінки, з яких 187 – основного тексту.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, наведено методи дослідження; висвітлено наукову новизну та практичне значення одержаних результатів, відображено апробацію і впровадження її результатів у практику освітнього процесу позашкільних навчальних закладів.

У першому розділі **«Теоретичні основи формування спеціальних умінь та навичок підлітків, що займаються спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах»** проаналізовано стан дослідження проблеми формування спеціальних умінь та навичок підлітків, які займаються спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах.

З метою дослідження особливостей формування спеціальних умінь та навичок підлітків-орієнтувальників був проведений аналіз наукових праць відомих вчених (П. Анохін, В. Альошин, Б. Ашмарін, О. Архипов, М. Бернштейн, Ю. Вавілов, В. Видрін, Ю. Воронов, С. Гончаренко, Ю. Желєзняк, В. Клименко, В. Мазніченко, Б. Огороднiков, А. Родіонов, П. Рудик, Л. Чхаідзе, М. Фомін, Ж. Холодов, А. Ширинян, В. Ягупов та інші), які висвітлили закономірності побудови рухів, особливості, стадії, механізми формування спеціальних умінь та навичок у спорті.

Дослідження наукових розробок у спортивній педагогіці з побудови навчально-виховного процесу дозволили знайти інноваційні методики, прийоми, технічні засоби як у спортивному орієнтуванні, так і в інших видах спорту (О. Архипов, Ю. Воронов, Ю. Вихляєв, Г. Грибан, О. Данильченкова, Л. Дудорова, І. Медведєва, Я. Сіраковська, Л. Пронтішева, В. Чешихіна та інші). Зрозуміло, що не всі вони можуть бути використані у віковій групі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, але методика формування спеціальних умінь та навичок не може бути ефективною без застосування інноваційних, інтерактивних та технічних засобів, що є умовою та ознакою будь-якого сучасного дослідження.

У спеціальній літературі велика увага приділяється методиці застосування засобів і методів спортивного тренування, що забезпечують підвищення фізичної, технічної та тактичної підготовленості кваліфікованих спортсменів (Л. Вяткін, Т. Круцевич, А. Лосєв, В. Платонов, В. Ткачук, В. Чешихіна), але методика розвитку цих якостей у юних орієнтувальників, особливо на початкових етапах підготовки, досліджена недостатньо. Багато праць присвячені розробці засобів і методів розвитку уваги, пам'яті, мислення, але у більшості вони стосуються дорослих кваліфікованих спортсменів і не завжди можуть бути застосовані в освітньому процесі юних орієнтувальників, які мають свої особливості фізичного, розумового та психічного розвитку (В. Ареф'єв, О. Данільченкова. С. Казанцев, В. Клименко, Я. Сіраковська).

Залишається недослідженим питання взаємозв'язку між різними сторонами підготовки підлітків, які займаються спортивним орієнтуванням: загально-фізичною, технічною, тактичною, інтелектуальною, не визначено конкретний зміст спеціальних умінь та навичок; не уточнені основні поняття, що використовуються

при розгляді завдань, особливостей, спрямованості, методики вдосконалення різних сторін навчально-виховного процесу юних орієнтувальників, що зумовило необхідність більш детального вивчення поставлених питань.

У другому розділі **«Відбір і обґрунтування тестів, показників і критеріїв оцінювання спеціальних умінь та навичок у підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням»** розкрито загальну методику проведення дисертаційного дослідження, відібрано, і обґрунтовано відповідно до можливостей підлітків 12–13 років тести, показники та критерії оцінювання спеціальних умінь та навичок; окреслено хід і здобутки констатувального педагогічного експерименту.

Експериментальне дослідження проводилося на базі Центру туризму та краєзнавства учнівської молоді м. Сєвєродонецьк, Центру творчості дітей та юнацтва «Шевченківець» м. Київ, спеціалізованої школи І–ІІІ ступенів № 102 м. Київ, школи І–ІІІ ступенів № 1 м. Київ з метою визначення тестів, показників і критеріїв оцінювання спеціальних умінь та навичок підлітків-орієнтувальників.

Констатувальне педагогічне дослідження складалося з таких етапів: 1) опитування 23 тренерів-фахівців зі спортивного орієнтування з різних питань визначення підготовленості юних орієнтувальників та методики проведення їх навчального процесу; 2) розробка і дослідження експрес-тесту з техніко-тактичної підготовленості «Три кола»; 3) перевірка інформативності запропонованих нами показників техніко-тактичної підготовленості за підсумком проведеного тестування 82 орієнтувальників у віці 12–13 років, з яких 15 спортсменів мали ІІІ розряд, 32 – І юнацький спортивний розряд, 35 орієнтувальників – ІІ юнацький спортивний розряд; 4) визначення та розрахунок коефіцієнтів складності проходження окремих ділянок маршруту; 5) вивчення особливостей техніко-тактичної підготовленості орієнтувальників у віці 12–13 років під час проходження окремих перегонів на змагальній дистанції на кубку України; 6) розробка й обґрунтування критеріїв оцінювання психо-інтелектуальних здібностей і сприймань орієнтувальників та їх морально-вольових якостей за підсумком тестування підлітків 12–13 років.

Констатувальне дослідження дозволило встановити, що спеціальні уміння і навички підлітків-орієнтувальників складаються з технічних, тактичних, морально-вольових та психо-інтелектуальних. За загальноприйнятим визначенням *техніка орієнтування* – це прийоми і способи орієнтування на місцевості за допомогою компасу, карти (початковий рівень), сформованого алгоритму сприйняття місцевості та зіставлення її ознак з умовними позначками маршруту на карті, що зафіксована в пам’яті, образами пам’яті подібних ситуацій та досвіду визначення місцезнаходження (кваліфікований рівень), а *тактика орієнтування* – це вибір найбільш короткого в умовних метрах (з урахуванням складності рельєфу, ґрунту та власних можливостей) маршруту швидким і в той же час економічним та безпечним з точки зору ймовірності здійснення помилки способом за допомогою сформованих програм, пам’яті розв’язання подібних ситуацій, досвіду дій, образів і алгоритмів, що діють у руховому відділку кори головного мозку та дозволяють постійно коригувати обраний шлях унаслідок надходження нової інформації.

Особливістю спеціальної підготовленості орієнтувальників є необхідність виконання техніко-тактичних дій безпосередньо під час змагальних навантажень у

стані значної втоми, яка супроводжується дефіцитом кисню, необхідного не тільки для фізичної, а й для розумової діяльності.

Технічна підготовленість підлітків може бути визначена за підсумком часу, який вони витрачають на розгортання, читання та згортання карти, роботу з компасом, орієнтування на місцевості, відмітки на контрольних пунктах.

Для *експрес-визначення техніко-тактичної підготовленості підлітків-орієнтувальників* ми застосовували тест-дистанцію «Три кола» довжиною 2 км та 5 контрольними пунктами, яку потрібно пробігти три рази: перше коло так, як на змаганнях, друге коло пробігти «своїми слідами», тобто без витрат часу на читання карти та обрання маршруту. Третє коло підліткам було запропоновано пробігти після аналізу обраного ними маршруту у першому колі та визначення з тренером зроблених помилок і розрахунку найбільш оптимального варіанта маршруту подолання дистанції. Співставлення часу подолання кожного кола дозволяє виокремити технічну, тактичну та фізичну підготовленість підлітків.

Для більш кваліфікованих спортсменів нами обґрунтована інша методика розрахунку *техніко-тактичної підготовленості* (ТТП) – за відношенням оптимального часу (Т опт.), подолання дистанції до реального результату (Т рез.). Для наочності виразимо показник у відсотках, помноживши на 100. Звісно, чим ближче показник до 100 %, тим вища техніко-тактична підготовленість.

$$\text{ТТП} = \frac{\text{Топт}}{\text{Трез}} \times 100\%, \qquad \text{де } \text{Топт} = \text{Трез} - \text{Твитрат}$$

Кореляційний аналіз виявив високий взаємозв’язок між результатом проходження змагальної дистанції та спеціальною фізичною підготовленістю у 82 орієнтувальників ($r = 0{,}850$). У той же час ми встановили достатньо тісний взаємозв’язок і між результатом проходження змагальної дистанції та показником техніко-тактичної підготовленості – 0,819, показником тактичної підготовленості – 0,816, що свідчить про вагому роль якісного засвоєння спеціальних умінь та навичок юних орієнтувальників.

Інформацію про навколишню місцевість та стан власного організму орієнтувальники одержували шляхом аналізу власних відчуттів і сприйняття предметів, простору, часу. Після чого включаються процеси оперативного мислення із залученням пам’яті, уваги. Результатом оперативного мислення є вибір подальшого маршруту, інтенсивності та техніки бігу, способів подолання перешкод або взяття контрольного пункту. Ці дії складають психо-інтелектуальні сприйняття та якості орієнтувальників. За модифікованими до можливостей юних орієнтувальників 12–13 років критеріями оцінювання (за п’ятибальною шкалою) визначено правильність та повноту відповідей підлітків на тестові запитання та відповідно рівень їх сприйняття місцевості (простору, предметів), часу, пам’яті (зорово-механічна, логічна, короткочасна, тривала), розподілу уваги, загального та оперативного мислення**,** що разом складають психо-інтелектуальну складову спеціальної підготовленості орієнтувальників і можуть бути визначені підсумковим показником (за усередненим підсумком балів вищезазначених сприйнять та якостей). Проведений нами кореляційний аналіз взаємозв’язку підсумкового

усередненого показника психо-інтелектуальних сприйнять та якостей виявив високий взаємозв'язок як із показниками техніко-тактичної підготовленості (r = 0,938), так і зі спортивним результатом юних орієнтувальників (r = 0,721).

Постійне напруження фізичних та інтелектуальних зусиль у складних умовах діяльності, особливо в стані прихованої або явної втоми забезпечується морально-вольовими якостями орієнтувальника.

Рівень їх сформованості ми визначали за п'ятибальною шкалою. Аналіз морально-вольових якостей (підсумковий усереднений показник, що включає: об'єктивну оцінку ситуацій, дисциплінованість, відповідальність і самоконтроль власних дій, здатність приймати самостійні рішення, активність та творчу ініціативу) показав їх достатньо суттєвий кореляційний взаємозв'язок як із техніко-тактичною підготовленістю (r = 0,907), так і зі спортивним результатом орієнтувальників (r = 0,733).

Отже, фізичні, технічні, тактичні, морально-вольові і психо-інтелектуальні якості підлітків обумовлені рівнем розвитку їх спеціальних умінь та навичок і повинні розглядатися у комплексі, як складові спеціальної підготовленості.

У третьому розділі **«Педагогічна модель та методика навчання»** представлена модель формування умінь та навичок орієнтувальників, авторська методика їх навчання та перевірка їх ефективності.

У формувальному педагогічному експерименті взяли участь 2 групи юних спортсменів 12–13 років, чисельністю по 22 особи кожна (контрольна група – КГ та експериментальна – ЕГ).

З метою виокремлення вузлових аспектів та етапів методики формування спеціальних умінь та навичок ми розробили відповідну модель (рис.1).

У моделі розкрито механізм формування спеціальних умінь та навичок засобами спортивного орієнтування, що складається з п'яти фаз (рівнів).

Оптимізація навчального процесу була забезпечена також організацією та використанням низки педагогічних умов: ефективним управлінням цільовим обранням та спрямуванням інтересів підлітка, його мотиваційною сферою; формуванням потреби в постійному розширенні та поглибленні не тільки спеціальних знань зі спортивного орієнтування, але й навчальних дисциплін, що цьому сприяють, зокрема географії, астрономії, математики та інших; підтриманням стійкого інтересу до занять обраним видом спорту; забезпеченням єдності загальної, спеціальної та варіативної підготовки, тобто врахуванням цілісності структурних компонентів навчання.

Розроблена та обґрунтована методика формування спеціальних умінь та навичок у навчально-виховному процесі підлітків, які займаються спортивним орієнтуванням. Згідно соціального замовлення, мети, завдань, навчальний процес включає принципи, засоби, особливості навчання, його спрямованість, педагогічні умови, концепцію та етапи формування спеціальних умінь і навичок, механізми адаптації до специфічної діяльності, механізми та системи засвоєння знань, умінь, навичок, розробку і визначення умов та ефективності впливу інноваційних компонентів методики навчання.

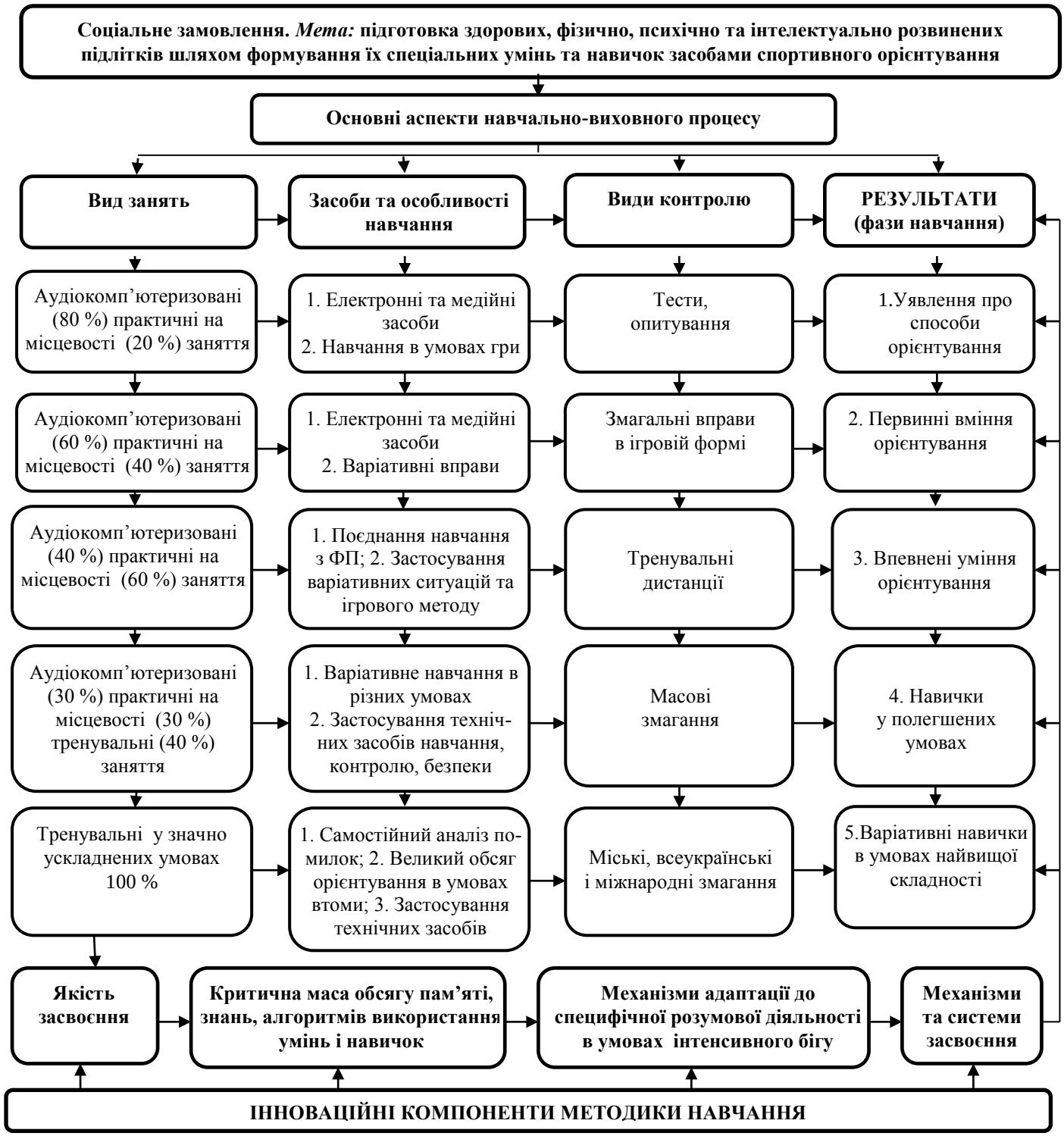

Рис. 1. Модель навчального процесу із формування спеціальних умінь та навичок підлітків засобами спортивного орієнтування у позашкільних навчальних закладах

Ефективність і якість навчання регулярно підсилювалась застосуванням засобів контролю, якими є обґрунтовані нами тести, показники та критерії оцінювання динаміки сформованості спеціальних умінь та навичок підлітків-орієнтувальників, причому, якщо для подібного тестування необхідно проводити спеціальні змагання, то експрес-тест легко вписується в програму (зміст) будь-якого

заняття та надає можливість регулярно проводити цей контроль і здійснювати необхідні та своєчасні корекції навчально-виховного процесу.

Варіативне навчання містить завдання, які сприятимуть розвитку творчого мислення та уяви, вміння пошуку можливих варіантів вирішення поставленого завдання, особливо у самостійному режимі. Інтенсивна бігова підготовка поєднувалась зі спеціальними вправами, читанням спортивної карти, рельєфу місцевості, вимірювання відстаней тощо. Щоб не відштовхнути учнів від процесу навчання у період розумової втоми і поверхового відчуття підлітками своєї «обізнаності та грамотності», ми застосовували його подовження в ігровій формі, причому поєднували розумові ігри з рухливими, в яких надавали знання з теоретичної та техніко-тактичної підготовки й одночасно розвивали фізичні якості.

Постійне ускладнення педагогічних умов, а саме: складності траси, дефіциту часу, фізичної і розумової втоми, зменшення, а з часом і повна відсутність підказок із боку тренера змушувало підлітків приймати самостійні рішення.

Усі пересування на змагальних або тренувальних трасах фіксувались за допомогою навігаційної системи GPS, встановленої на власних мобільних телефонах учнів, що дозволяло наприкінці заняття проводити детальний аналіз проходження дистанцій, і не тільки аналізувати помилки у читанні карти, виборі маршруту, оцінюванні складності того чи іншого відрізка дистанції, але й слугувало допоміжним засобом забезпечення безпеки проведення тренувань у лісі.

Поєднання елементів фізичної і техніко-тактичної підготовки з метою економії часу та інтенсифікації навчального процесу надало можливість виділити на оволодіння спеціальних навичок упродовж всього року навчання 234 години (81,25 %), тоді як у традиційній програмі на цей розділ відводиться 144 години (50 %). В той же час на «чисту» фізичну підготовку в експериментальній програмі відведено 54 (18,75 %), а в традиційній – відповідно 144 години (50 %).

Таким чином, особливостями та характерними ознаками запропонованої методики навчання було: 1) посилена спрямованість на **варіативність навчання**; 2) широке застосування **ігрового** методу; 3) навчання прояву засвоєних умінь та навичок у **різних педагогічних умовах**; 4) **оптимальне поєднання годин** на розвиток фізичних якостей та оволодіння спеціальними знаннями; 5) застосування **інноваційних мультимедійних та технічних засобів** навчання, контролю та безпеки дітей.

Як складову техніко-тактичної підготовленості орієнтувальників ми виділяємо психо-інтелектуальні та морально-вольові якості та сприймання, що мають складний структурний зміст і включають різні прояви. Зафіксована після проведення педагогічного експерименту перевага підлітків експериментальної групи у підвищенні показників сприйняття місцевості (простору, предметів), різновидів пам’яті, розподілу уваги, оперативного мислення, обумовлена спрямованістю запропонованої методики підготовки орієнтувальників вікової групи 12–13 років, особливостями якої було застосування вправ, що потребують продуктивного мислення в умовах дефіциту часу та фізичного стомлення (рис. 2).

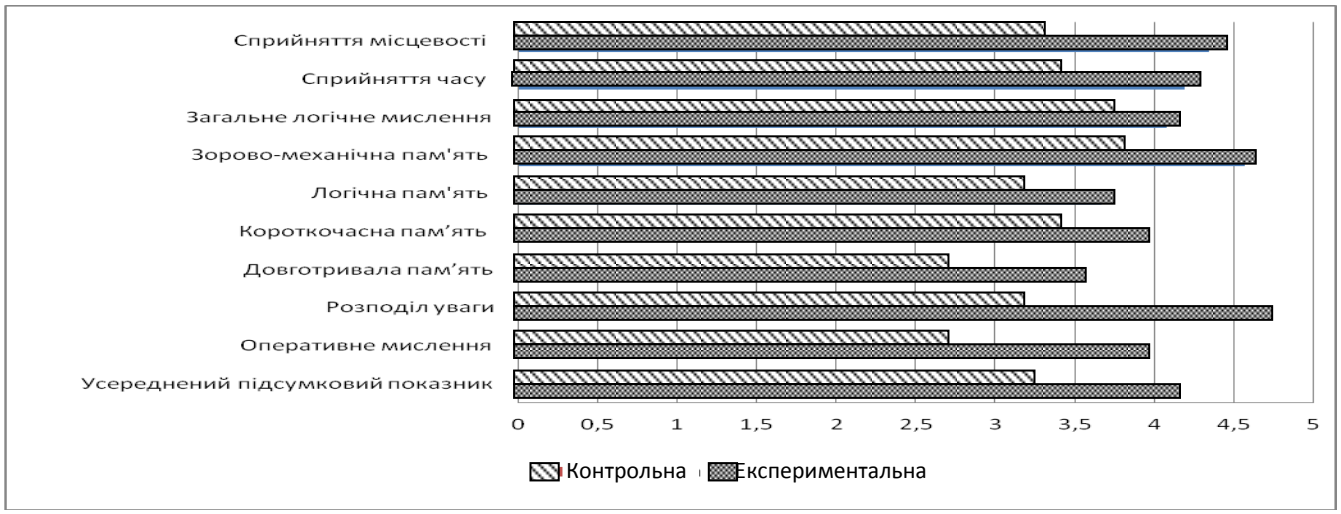

Рис. 2. Психо-інтелектуальні якості та сприйняття підлітків контрольної та експериментальної груп після експерименту

Також встановлено позитивну динаміку як кількісних, так і якісних показників сформованості морально-вольових якостей. Найбільш високі бали підлітки експериментальної групи одержали за критерієм «об'єктивна оцінка ситуацій, творча ініціатива» та «здатність приймати самостійні рішення». Достатньо високі бали дістали якості дисциплінованості та відповідальності, дещо гірші показники зафіксовані за критерієм «активність і самоконтроль власних дій» через юний вік орієнтувальників, але підлітки експериментальної групи статистично достовірно переважають контрольну групу за рівнем розвитку цих якостей (рис. 3).

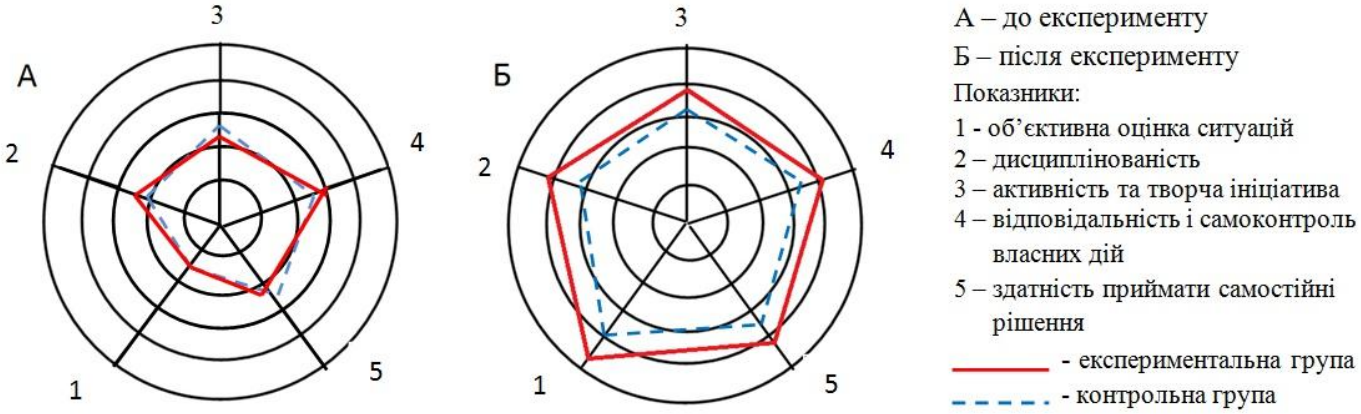

Рис. 3. Динаміка формування морально-вольових якостей підлітків

Після десятимісячного педагогічного експерименту були проведені кваліфікаційні змагання. Учні ЕГ, у порівнянні з підлітками КГ, показали: результат проходження дистанції – на 4,4±0,33 хв краще, кількість грубих помилок – в 5,3±0,19 разів менше, витрати часу на читання карти – на 31,9±2,4 с/км менше, кількість більш удало обраних маршрутів – на 3,4±0,6 одиниць більше. Інтегральний показник техніко-тактичної підготовленості у підлітків експериментальної групи переважав на 18,1±2,6 % показник учнів контрольної групи, а показник тактичної

підготовленості – на 110±18,1 ум. м. Із 22 підлітків ЕГ 12 були рекомендовані для участі у міських змаганнях, де всі 12 успішно подолали дистанцію своєї вікової групи, тоді як із КГ були відібрані 8 підлітків, та лише 6 з них фінішували.

Встановлена між показниками обох груп різниця є статистично достовірною ($p \leq 0,001$), що підтверджує більшу ефективність авторської методики формування спеціальних умінь та навичок підлітків у процесі занять спортивним орієнтуванням.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел засвідчив велику увагу дослідників до формування спеціальних умінь та навичок підлітків, які займаються спортивним орієнтуванням у навчально-виховному процесі позашкільних навчальних закладів. В той же час, не визначені поняття «спеціальні уміння та навички», їх складові (психо-інтелектуальні та морально-вольові сприймання та якості), не адаптовані до можливостей підлітків 12-13 років тести, показники та критерії оцінювання спеціальних якостей. Методика розвитку спеціальних умінь у підлітків, особливо на початкових етапах підготовки, досліджена недостатньо.

2. Констатувальний експеримент дозволив відібрати та визначити тести, показники та критерії оцінювання спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, відповідно до їх можливостей.

Для експрес-визначення рівня сформованості спеціальних умінь та навичок підлітків обґрунтовано використання тесту «Три кола».

За пристосованими до вікових можливостей критеріями оцінки визначено правильність та повноту відповідей підлітків на тестові запитання і відповідно рівень їхнього сприйняття місцевості (простору, предметів), часу, пам’яті (зорово-механічна, логічна, короткочасна, тривала), розподілу уваги, загального та оперативного мислення (щодо подальшого вибору маршруту, інтенсивності і техніки бігу, способів подолання перешкод або взяття контрольного пункту), що разом становлять психо-інтелектуальну складову спеціальної підготовленості орієнтувальників.

Формування морально-вольових якостей (об’єктивна оцінка ситуацій, дисциплінованість, відповідальність і самоконтроль власних дій, здатність приймати самостійні рішення, активність та творча ініціатива) пов’язане з постійним напруженням фізичних та інтелектуальних зусиль у складних умовах діяльності орієнтувальника, особливо в стані прихованої або явної втоми, причому вольова регуляція завжди починається з інтелектуального акту усвідомлення проблемної ситуації і свідомого спрямування розумових та фізичних зусиль на її розв’язання або корекцію допущених помилок. Для визначення морально-вольових якостей ми застосували спеціальні критерії, що дозволили диференціювати (за 5-бальною шкалою оцінки) як окремі особистісні якості волі, так і їх якісну оцінку.

Встановлений тісний взаємозв’язок між результатом проходження змагальної дистанції і показниками спеціальних умінь та навичок (техніко-тактична підготовленість, психо-інтелектуальні та морально-вольові якості та сприйняття) свідчить про вагому роль їх якісного засвоєння підлітками.

3. Розроблена модель навчального процесу сприяла оптимізації формуванню спеціальних умінь та навичок підлітків засобами спортивного орієнтування.

Основними структурними компонентами побудованої моделі є фази формування спеціальних умінь та навичок: 1) засвоєння знань і формування уявлень про способи орієнтування; 2) формування початкових практичних умінь орієнтування; 3) формування впевнених практичних умінь та початкових навичок орієнтування в умовах середньої складності рельєфу; 4) формування практичних автоматичних навичок орієнтування в ускладнених умовах рельєфу за умовою підтримки інтенсивного бігу на стадії прихованої або явної втоми; 5) автоматичні навички орієнтування на трасах вищої категорії складності – ще недосяжна для підлітків. Багаторазове виконання специфічних рухових дій втілюється у поліпшені якості засвоєння техніко-тактичних дій, накопиченні критичної маси об'єму навчального матеріалу, алгоритмів використання знань, умінь та навичок, що призводить до вдосконалення механізмів та систем накопичення знань та адаптації їх до специфічної розумової діяльності в умовах інтенсивного бігу.

Уточнено педагогічні умови ефективного засвоєння спеціальних умінь та навичок підлітками, які займаються спортивним орієнтуванням, а саме: забезпечення цілісності структурних компонентів навчання (загальної, спеціальної та інших видів підготовки, що у свою чергу включають цілу низку піделементів); посилення тісної взаємодії тренера та учня; активізація індивідуально-творчого розвитку підлітків, їх інтелектуальне і фізичне вдосконалення; управління мотивацією та визначення цілей тренування підлітків; розвиток їх здібності до прийняття самостійних рішень, упевненості у своїй успішності; виховання вольових рис характеру та патріотизму.

4. Розроблена та обґрунтована методика формування спеціальних умінь та навичок у навчально-виховному процесі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням. Згідно з соціальним замовленням, метою і завданнями, навчальний процес включає принципи, засоби й особливості навчання, його спрямованість, педагогічні умови, концепцію та етапи формування спеціальних умінь і навичок, механізми адаптації до специфічної діяльності, механізми та системи засвоєння знань, умінь, навичок, розробку і визначення умов та ефективності впливу інноваційних компонентів методики навчання. Особливостями авторської методики є: 1) посилена спрямованість процесу навчання на варіативність та ефективність оволодіння вміннями та навичками читання карти, її умовних позначок, роботи з компасом, вибору напрямку пересування не тільки в умовах статичного засвоєння матеріалу в класі чи у лісі, а і під час виконання інтенсивного бігу на дистанції; 2) широке застосування ігрового методу, спрямованого на розвиток спеціальних умінь та навичок в умовах спеціально організованої гри, особливо після набуття втоми і послаблення уваги; 3) навчання прояву засвоєних умінь та навичок у різних педагогічних умовах; 4) оптимальне поєднання годин, що відведені програмою навчання, та тренувань на розвиток фізичних якостей і оволодіння спеціальними знаннями; 5) створення навчально-методичного забезпечення та застосування інноваційних мультимедійних та технічних засобів навчання, контролю та безпеки дітей.

Після проведення педагогічного експерименту учні ЕГ, у порівнянні з підлітками КГ, показали кращий результат проходження дистанції, меншу кількість

грубих помилок та витрат часу на читання карти, більшу кількість вдало обраних маршрутів. Інтегральний показник техніко-тактичної підготовленості у підлітків експериментальної групи переважав на 18,1±2,6 % показник учнів контрольної групи, що підтвердило ефективність авторської методики формування спеціальних умінь та навичок у навчально-виховному процесі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми розвитку спеціальних умінь та навичок підлітків, а розкриває перспективи для подальшого пошуку нових шляхів підвищення ефективності їх техніко-тактичної підготовленості, формування спеціальних навичок та збереження здоров'я.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковано основні результати дисертації

1. Доценко О. В. Формування техніко-тактичних умінь та навичок підлітків, які навчаються спортивному орієнтуванню / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету ім. М. Коцюбинського. Серія : Педагогіка і психологія. – № 39. – 2013. – Вид-во : ВДПУ ім. М. Коцюбинського. – Вінниця, 2013. – С. 80–84.

2. Доценко О. В. Особливості формування техніко-тактичних навичок підлітків на прикладі спортивного орієнтування / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. – Вип.112. – Т. 4. – Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів : ЧНПУ, 2013. – С. 62–66.

3. Доценко О. В. Оцінка техніко-тактичної підготовленості у спортивному орієнтуванні / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. – Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури». (Фізична культура і спорт) : зб. наук. праць за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. – Вип. 8 (35). – С. 19–24.

4. Доценко О. В. Моделювання процесу навчання підлітків спеціальним умінням та навичкам у спортивному орієнтуванні / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Науковий журнал «Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології». – СумДПУ ім. А. С. Макаренка. – Суми. – 2013. – № 2 (36). – С. 14–23.

5. Доценко О. В. Сучасний підхід до формування техніко-тактичних навичок у спортивному орієнтуванні / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. – Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури». (Фізична культура і спорт) : зб. наукових праць за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П.Драгоманова, 2013. – Вип. 13 (40). – С. 37–43.

6. Доценко О. В. Обучение спортивному ориентированию как компонент интеллектуального развития и оздоровления подростков / Ю. Н. Вихляев, Е. В. Доценко // Здоровье для всех. Научно-практический журнал. Учредитель : УО «Полесский государственный университет». Республика Беларусь. – № 2. – 2013. – С. 34–38.

7. Доценко О. Комплексна оцінка спеціальної техніко-тактичної підготовленості у спортивному орієнтуванні / О. Доценко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць Східноєвропейського університету імені Лесі Українки. – Луцьк. – 2014. – № 2 (26). – С. 73–76.

Опубліковані праці апробаційного характеру

8. Доценко О. В. Інноваційна технологія навчання підлітків техніко-тактичним вмінням та навичкам спортивного орієнтування / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Zbiór raportów naukowych. «Nauka w świecie współczesnym. (29.05.2013 – 31.05.2013) – Łódź : Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour», 2013. – С. 31–36. **(Зарубіжне видання).**

9. Доценко О. В. Визначення інтелектуально-технічної підготовленості спортсменів-орієнтувальників. / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти : матер. V регіон. наук.-методичної конференції. 14–15 червня 2010 р. / за заг. ред. І. І. Вржеснєвського. – К.: НАУ, 2010. – С. 17–21.

10. Доценко О. В. Дослідження зорової та оперативної пам'яті у спортсменок зі спортивного орієнтування / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти : матер. VI регіон. наук.-метод. конф. 23–24 червня 2011 р. / за заг. ред. І.І. Вржеснєвського. – К. : НАУ, 2011. – С. 39–42.

11. Доценко О. В. Основи багаторічної підготовки юних орієнтувальників / О. В. Доценко // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти : матер. VII Всеукр. наук.-метод. конф. 7–8 червня 2012 р. / за заг. ред. І. І. Вржеснєвського. – К. : НАУ, 2012. – С. 76–79.

12. Доценко О. В. Оптимізація процесу навчання підлітків, що займаються спортивним орієнтуванням / О. В. Доценко // матер. II Міжн. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів і молодих учених, присвячені Всесвітньому дню авіації і космонавтики 18–19 квітня 2013 р. / за заг. ред. В. В. Білецької. – Т.II. – К. : НАУ, 2013. – С. 53–54.

13. Доценко О. В. Оцінка техніко-тактичої підготовленості у спортивному орієнтуванні / О. В. Доценко // Фізичне виховання в контексті сучасної освіти: матер. IX Міжн. наук.-метод. конф. 12–13 червня. – К. : НАУ, 2014. – С. 58–61.

14. Доценко О. В. Оцінка і розвиток психолого-інтелектуальних здібностей і сприйнять підлітків у спортивному орієнтуванні / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Здоровье для всех : матер. VI межд. науч.-практ. конф. / редкол.: К.К. Шебеко. – Пинск : ПолесГУ, 2015. – С. 228–231. **(Зарубіжне видання).**

Опубліковані праці, які додатково відображують результати дисертації

15. Доценко О. В**.** Інтелектуально-технічна підготовленість спортсменів орієнтувальників / Ю. М. Вихляев, О. В. Доценко // Теорія і практика фізичного виховання: науково-метод. журнал. – Донецьк : ДонНУ, 2010. – № 1–2. – С. 67–71.

16. Доценко О. В**.** Оптимізація процесу навчання підлітків, що займаються спортивним орієнтуванням / О. В. Доценко // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». – Серія Філософія. Психологія. Педагогіка : зб. наук. праць. – К.: ВПК «Політехніка», 2012. – № 3 (36). – С. 112–117.

17. Доценко О. В. Педагогічні умови формування спеціальних умінь та навичок у спортивному орієнтуванні / Ю. М. Вихляєв, О. В. Доценко // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». – Серія Філософія. Психологія. Педагогіка: зб. наук. праць. – К. : ВПК «Політехніка», 2013. – № 3 (39). – С. 47–53.

АНОТАЦІЯ

Доценко О. В. Формування спеціальних умінь та навичок підлітків у процесі занять спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2015.

У роботі досліджена проблема формування спеціальних умінь та навичок у навчально-виховному процесі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням у позашкільних навчальних закладах, де підлітки, по-перше поповнюють недостатню рухову активність, по-друге, покращують фізичну підготовленість і здоров'я. Обґрунтовано й модифіковано тести та показники спеціальних умінь та навичок підлітків 12–13 років, що сприяють здійсненню орієнтування у незнайомому лісі; досліджено особливості розвитку психо-інтелектуальних і морально-вольових якостей та сприйнять як компонентів техніко-тактичної підготовленості юних орієнтувальників. Розроблено модель та інноваційну методику формування спеціальних умінь і навичок в освітньому процесі підлітків 12–13 років, які займаються спортивним орієнтуванням, із застосуванням інтерактивних, мультимедійних і технічних засобів навчання, контролю та безпеки дітей, визначено педагогічні умови ефективного засвоєння вмінь та навичок в освітньому процесі у позашкільних навчальних закладах.

Ключові слова: підлітки, вміння, навички, формування, позашкільні заклади, освітній процес, спортивне орієнтування.

АННОТАЦИЯ

Доценко О. В. Формирование специальных умений и навыков подростков в процессе занятий спортивным ориентированием во внешкольных учебных заведениях. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова. – Киев, 2015.

В работе исследована проблема формирования специальных умений и навыков в образовательном процессе подростков 12–13 лет, занимающихся спортивным ориентированием во внешкольных учебных заведениях, где подростки, во-первых, пополняют недостаточную двигательную активность, во-вторых, улучшают физическую подготовленность и здоровье.

Изучение технических и тактических действий ориентировщиков показало, что они обусловлены уровнем сформированности специальных умений и навыков,

причем техника ориентирования – это приемы и способы ориентирования на местности с помощью компаса, карты (начальный уровень), сформированного алгоритма восприятия местности и сопоставления ее предметов с условными отметками маршрута на карте по памяти, образами памяти подобных ситуаций и опыта определения места нахождения (квалифицированный уровень). Тактикой ориентирования является выбор наиболее короткого в условных метрах (с учетом сложности рельефа, почвы и собственных возможностей) маршрута – быстрым и в то же время экономичным и безопасным с точки зрения вероятности совершения ошибки способом с помощью сформированных программ, памяти решения подобных ситуаций, опыта действий, образов и алгоритмов, которые функционируют в двигательных отделах коры головного мозга и позволяют постоянно корректировать выбранный путь в результате поступления новой информации.

Обоснованы тесты, способы определения специальных умений и навыков (технико-тактической подготовленности), которые позволяют подросткам 12–13 лет осуществлять ориентирование в незнакомом лесу; также исследованы особенности, критерии оценки и развития психо-интеллектуальных, морально-волевых качеств и восприятий как компонентов технико-тактической подготовленности юных ориентировщиков.

Разработана модель учебного процесса во внешкольных учебных заведениях, которая способствовала оптимизации формирования специальных (технико-тактических) умений и навыкок подростков средствами спортивного ориентирования.

Обосновано и апробировано инновационную методику формирования специальных (технико-тактических) умений и навыков в образовательном процессе подростков 12–13 лет, занимающихся спортивным ориентированием, с применением интерактивных, мультимедийных и технических средств обучения, контроля и безопасности детей. Исследован алгоритм построения содержания, интенсивности и направленности учебно-тренировочных занятий с разным объемом двигательной, умственной и волевой активности.

Особенностями авторской методики являются: 1) усиленная направленность процесса обучения на вариативность и эффективность овладения умениями и навыками чтения карты, ее условных отметок, работы с компасом, выбора направления передвижения не только в условиях статического усвоения материала в классе или в лесу, но и во время интенсивного бега на тренировочной дистанции; 2) широкое применение игрового метода, направленного на развитие специализированных технико-тактических умений и навыков в условиях специально организованной игры, особенно после наступления утомления и ослабления внимания; 3) обучение применению усвоенных технико-тактических умений и навыков в разных педагогических условиях; 4) оптимальное сочетание часов, которые отведены программой обучения и тренировок на развитие физических качеств и овладение специальными знаниями; 5) применение инновационных мультимедийных и технических средств обучения, контроля и безопасности подростков.

Ключевые слова: подростки, умения, навыки, формирование, внешкольные учреждения, образовательный процесс, спортивное ориентирование.

ABSTRACT

Dotsenko E.V. Formation of special abilities and skills of adolescents in the orienteering training process in out-of-school educational institutions. – Manuscript

Thesis for the degree of pedagogical sciences candidate, specialty 13.00.02 – theory and methodology (physical education, health foundations). – National Pedagogical University M. P. Dragomanova. – Kyiv, 2015.

In this work the problem of the formation of special abilities and skills in the educational process of adolescents 12–14 years old who are engaged in orienteering-school education, where teens first supplement insufficient physical activity, and secondly improve physical fitness and health.

An important result of the education process of children-youthful sports schools. Orienteering is a heritage skills and abilities long run with a mark on the control points to be using the map and compass to find in the woods, overcoming obstacles, bushes, rocks, ups and downs, traverses the slopes.

The research allowed respondent justify tests and performance of special abilities and skills of adolescents 12–14 years to allow orientation in unfamiliar woods; explore the features of psycho-intellectual, moral and volitional qualities and perceptions as components of technical and tactical training of young orienteer. The author has developed a model and innovative methods of forming specific (technical and tactical) skills and abilities in the educational process of adolescents 12–14 years engaged in orienteering using interactive, multimedia and technical training, monitoring and safety of children, examined the pedagogical conditions of effective learning special abilities and skills in the educational process in out-of-school educational institutions.

Keywords : adolescents, ability, skills, formation, out-of-school educational institutions, education, orienteering.