

5. Ocheretna O.L. (2014). Chronic fatigue syndrome as display somatic diseases and other pathological conditions population of Ukraine. *Biomedical and biosocial anthropology*, Vol. 23, Pp. 281-284 (In Ukrainian).
6. Tatarchuk T. F., Solskyi Ya. P. (2003) Endokrynna hinekolohiia (klinichni narysy) [Endocrine gynecology (clinical essays)]. K.: Zapovit, 300 p.
7. Shonhyna N. N. (2007) Features of sanatorium rehabilitation in the resort of ArhypoOsipovka children with asthenia, fatigue, chronic or neurotic weakness and fatigue syndrome: author's: (dissertation), 160 p. (In Russian).
8. Bogdanovska Nadezhda, Kalonova Iryna, Pozmogova Natalia. (2016). Pathophysiological concepts of the syndrome of chronic fatigue and clinical features as a basis for building physical rehabilitation programs. *Journal of Education, Health and Sport*. 6(11):955-965. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1470739> (In Ukrainian).

УДК: 37.016:796.332

Мишаровський Р. М., Марущак М.О.
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, м. Київ

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД НАВЧАННЯ РУХОВИХ ДІЙ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ

У статті проаналізовано і узагальнено науково-методичну літературу щодо особливості організації занять та навчання футболу учнів початкових класів. Розкрито можливості реалізації проблеми диференційованого навчання руховим діям в процесі занять футболом молодших школярів під час уроків з фізичної культури. Встановлено доцільність початку занять футболом з молодшого шкільного віку на уроках з фізичної культури учнів загальноосвітніх шкіл, необхідність у процесі навчання рухових умінь враховувати особливості морфофункціонального і психічного розвитку організму дітей. Визначено особливості організації занять та навчання футболу учнів початкової школи в педагогічній теорії. Виявлено тенденцію до позитивної динаміки формування рухових умінь учнів 1-4 класів під час вивчення гри у футбол під час занять з фізичної культури.

Ключові слова: учні молодших класів, навчання, урок, фізична культура, футбол.

Р.Н. Мишаровский, М.О. Марущак. Дифференцированный подход обучения двигательным действиям учащихся младших классов во время занятий футболом. В статье проанализированы и обобщены научно-методическую литературу об особенностях организации занятий и обучения футболу учеников начальных классов. Раскрыты возможности реализации проблемы дифференцированного обучения двигательным действиям в процессе занятий футболом младших школьников на уроках физической культуры. Установлена целесообразность начала занятий футболом с младшего школьного возраста на уроках физической культуры учащихся общеобразовательных образовательных школ, необходимость в процессе обучения двигательных умений учитывать особенности морфофункционального и психического развития организма детей. Определены особенности организации занятий и обучения футболу учеников начальной школы в педагогической теории. Выявлена тенденция к положительной динамике формирования двигательных умений учащихся 1-4 классов при изучении игры в футбол во время занятий по физической культуре.

Ключевые слова: ученики младших классов, обучение, урок, физическая культура, футбол.

Ruslan Misharovskiy, Marian Marushchak. Differentiated approach to learning motor actions of junior high school students during the time of playing football. The article analyzes and summarizes scientific and methodical literature on the peculiarities of the organization of classes and the training of football for elementary school students. The possibilities of realization of the problem of differentiated training in motor activity in the course of football lessons of pupils during physical education lessons are revealed. The expediency of beginning of football lessons from junior school age on the lessons of physical culture of students of general educational schools, necessity in the process of training of motor skills to take into account peculiarities of morphological functional and mental development of an organism of children is established.

The peculiarities of organization of classes and football training for elementary school pupils in pedagogical theory are determined. A tendency towards positive dynamics of formation of motor skills of pupils of grades 1-4 during the study of the game of football during physical education classes was revealed.

Key words: junior pupils, study, lesson, physical culture, football.

Постановка проблеми, актуальність дослідження. Для вдосконалення навчально-виховного процесу з футболу в умовах загальноосвітньої школи необхідна чітка система, яка б визначала зміст уроків відповідно до віку учнів, використовувала найсучасніші засоби, методи й форми навчання та надавала можливість вчителю фізичної культури регулювати послідовність виконання дій і операцій на підставі конкретних умов і можливостей діяльності учнів.

На жаль, робіт, які торкалися б особливостей навчання футболу молодших школярів на уроках фізичної культури в школі у сучасній науково-методичній літературі недостатньо. Тому питання розробки технології диференційованого навчання дітей 6-10 років рухових умінь у футболі з урахуванням морфофункціональних особливостей розвитку організму та використанням найсучасніших засобів є надзвичайно важливим, що й обумовлює актуальність нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як відзначають науковці В.П. Іващенко, О.П. Безкопильний [1], вік дітей молодшого шкільного віку є сприятливим для розвитку багатьох рухових якостей в тому числі: сили і швидкості рухів ніг,

статичної рівноваги, загальної витривалості, гнучкості хребта. Починаючи з 7-річного віку у дітей значно зростає точність рухів, що є підґрунтям до навчання техніки рухів (Вільчковський, Іващенко).

Для розробки диференційованих методик навчання фізичним вправам необхідно з'ясувати, який критерій покласти в основу диференціації учнів. В основному автори пропонують такі критерії, які мають психологічну, морфологічну чи фізіологічну основу [2; 3; 4].

Завдання дослідження – визначення критеріїв для розробки диференційованої методики навчання рухових дій у футболі молодших школярів та змісту диференційованої методики навчання ігрових дій учнів 2 класу.

Виклад основного матеріалу дослідження. У процесі навчання учнів другого класу рухових умінь ми здійснювали цілеспрямований розвиток найбільш інформативних психофізіологічних показників, які впливають на успішність формування рухових умінь у футболі.

Так, під час навчання веденню м'яча хлопчиків другого класу слід застосовувати такі спеціальні вправи:

- 1) для розвитку швидкості простої рухової реакції:
 - види пересувань з раптовою зміною темпу, напрямку або різновиду пересування за сигналом;
 - рухи за сигналом з різних незвичних вихідних положень;
- 2) для збільшення частоти рухів:
 - короточасні темпові вправи;
 - біг та стрибки на місці в максимальному темпі.

Під час навчання зупинці м'яча варто використовувати вправи для:

- 1) розвитку простої рухової реакції:
 - рухи за сигналом з різних незвичних вихідних положень;
 - види пересувань з раптовою зміною темпу, напрямку або різновиду пересування за сигналом;
 - естафети зі зміною рухів за сигналом вчителя або партнера;
 - рухливі ігри, що вимагають швидкого реагування на зміну ситуації та дії партнера або суперника;
- 2) покращення швидкості реакції на рухомий об'єкт:
 - відбивання м'яча після передачі вчителя, під час передач в парах;
 - зупинки м'яча, що котиться, з поступовим збільшенням швидкості котіння.

Під час розвитку точності ударів слід застосовувати вправи для:

- 1) розвитку відчуття половини та чверті м'язових зусиль:
 - вправи на відтворення заданих силових характеристик руху;
 - вправи з предметами різної маси;
- 2) збільшення обсягу уваги:
 1. вправи з використанням додаткових рухів різними частинами тіла;
 2. вправи на відтворення різноманітних рухів різними частинами тіла у різних площинах, асиметричних рухів;
 3. вправи з предметами різних розмірів та кількості.

Для навчання жонглюванню м'яча слід використовувати такі вправи:

- 1) для розвитку відчуття половини зусиль:
 4. вправи на відтворення заданих силових характеристик руху;
 5. вправи з предметами різної маси;
- 2) для вдосконалення відчуття коротких часових відрізків:

6. види пересувань у різному темпі та зі зміною темпу: повільний – швидкий – середній, швидкий – середній – повільний, середній – швидкий – повільний;

7. вправи з перемінним часом виконання (наприклад, біг 20 с – стрибки 5 с).

Під час вивчення другокласниками навчального матеріалу з футболу на уроках фізичної культури ми застосовували наступні вправи з м'ячем:

1. Ведення м'яча з фіксованим часом виконання.
2. Ведення м'яча між стійками та з пасивними захисниками.
3. Відбивання м'яча партнеру після передачі вчителя, під час передач в парах.
4. Зупинки м'яча, що котиться, з поступовим збільшенням швидкості котіння.
5. Удари по м'ячу в мішені з різної відстані, що мають різні зони точності.
6. Удари по м'ячу в ціль з частковим або повним обмеженням зорового контролю.
7. Естафети з веденням, передачею та зупинкою м'яча.
8. Рухливі ігри з веденням та ударами м'яча в рухому або нерухому ціль або передачами партнеру.
9. Рухливі ігри та естафети, що вимагають прийняття самостійних рішень, творчості та ініціативності у виборі дій.

У навчально-виховному процесі з футболу з дівчатками другого класу методика дещо відрізняється, оскільки набір інформативних психофізіологічних показників інакший. Так, для навчання другокласниць веденню м'яча слід використовувати наступні вправи:

1) для розвитку відчуття коротких часових інтервалів:

8. види пересувань у різному темпі та зі зміною темпу: повільний – швидкий – середній, швидкий – середній – повільний, середній – швидкий – повільний;

9. вправи з перемінним часом виконання (наприклад, біг 20 с – стрибки 5 с);

2) для покращення частоти рухів:

10. короточасні темпові вправи;

11. спеціальні бігові вправи та стрибки на місці та в русі з максимальним темпом;
 - 3) для виховання вольових якостей:
 12. акробатичні вправи, опорні стрибки;
 13. рухливі ігри та естафети, що вимагають прийняття самостійних рішень, творчості та ініціативності у виборі дій.
- У процесі навчання зупинки м'яча необхідно застосовувати такі вправи:
- 1) для вдосконалення швидкості простої рухової реакції:
 14. рухи за сигналом з різних незвичних вихідних положень;
 15. види пересувань з раптовою зміною темпу, напрямку або різновиду пересування за сигналом;
 16. естафети зі зміною рухів за сигналом вчителя або партнера;
 17. рухливі ігри, що вимагають швидкого реагування на зміну ситуації та дії партнера або суперника;
 - 2) для вдосконалення швидкості реакції на рухомий об'єкт:
 18. відбивання м'яча після передачі вчителя, під час передач в парах;
 19. зупинки м'яча, що котиться, з поступовим збільшенням швидкості котіння.
- Під час навчання школярів точності ударів по м'ячу варто використовувати спеціальні вправи:
- 1) для розвитку відчуття м'язових зусиль:
 20. вправи на відтворення заданих силових характеристик руху;
 21. вправи з предметами різної маси;
 - 2) для покращення зорової пам'яті:
 22. вправи з використанням додаткових рухів різними частинами тіла;
 23. вправи на відтворення різноманітних рухів різними частинами тіла у різних площинах, асиметричних рухів;
 24. вправи з предметами різних розмірів та кількості;
 25. вправи з заданими або варіативними просторовими параметрами;
 - 3) для виховання вольових якостей:
 26. акробатичні вправи, опорні стрибки;
 27. рухливі ігри та естафети, що вимагають прийняття самостійних рішень, творчості та ініціативності у виборі дій.
- Для навчання жонгливанню м'яча варто застосовувати вправи для:

- 1) розвитку рівноваги тіла:
28. стійки і повороти з утриманням рівноваги;
29. ходьба по обмеженій, рухомій або підвищеній опорі;
30. утримання статичних поз;
31. вправи з обмеженням зорової сенсорної системи;
32. рухливі ігри з утриманням пози на час;
- 2) вдосконалення відчуття половини м'язових зусиль:
33. вправи на відтворення заданих силових характеристик руху;
34. вправи з предметами різної маси.

Таким чином, під час навчання дівчаток другого класу рухових умінь у футболі ми підбирали такі вправи з м'ячем:

1. Ведення м'яча з частою зміною напрямку руху.
2. Ведення м'яча між стійками та з пасивними захисниками.
3. Відбивання м'яча партнеру після передачі вчителя, під час передач в парах.
4. Зупинки м'яча, що котиться, з поступовим збільшенням швидкості котіння.
5. Удари по м'ячу в мішені з різної відстані, що мають різні зони точності.
6. Удари м'яча в стінку з наступним відскоком на час.
7. Естафети з веденням, передачею та зупинкою м'яча.
8. Рухливі ігри з веденням та ударами м'яча в рухому або нерухому ціль або передачами партнеру.
9. Рухливі ігри та естафети, що вимагають прийняття самостійних рішень, творчості та ініціативності у виборі дій.

Висновки. Врахування особливостей фізичного та психічного розвитку дітей 6-10 років та принципів фізичної культури, індивідуалізація процесу навчання футболу, застосування адекватних та найсучасніших засобів, поєднання процесу навчання зі спеціальною фізичною підготовкою, комплексний підхід до діагностики спеціальної рухової підготовленості, вивчення технічних прийомів та контролю за їх засвоєнням зумовлюють успішність навчання рухових дій молодших школярів у процесі занять футболом на уроках фізичної культури в школі.

Перспективи використання результатів дослідження і подальших розвідок. Подальші дослідження будуть направлені на визначення ефективності впровадження диференційованої методики навчання рухових дій у футболі учнів молодших класів.

Література

1. Галай, М. Д. Модель управління диференційованим навчанням вправ з м'ячем учнів молодшого шкільного віку на уроках фізичної культури / М. Д. Галай, Р. М. Мішаровський, О. О. Михайличенко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. - Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. - Вип. 3К (97). - С. 136-139.
2. Іващенко В.П. Теорія і методика фізичного виховання: Навч. посіб. / В. П. Іващенко, О. П. Безкопильний. – Черкаси. – Ч 1., 2006. – 420 с.
3. Мішаровський Р.М. Визначення найбільш інформативних показників під час навчання спеціальних умінь учнів молодшого шкільного віку на уроках з футболу в школі / Р.М. Мішаровський // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – К., 2010. – Випуск № 6. Серія №15 – С. 184 – 188.

4. Сітовський А. М. Диференційований підхід у фізичному вихованні підлітків з різними темпами біологічного розвитку (на прикладі школярів 7-х класів) : автореф. дис. на здобуття наукового ступеню канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. М. Сітовський. – Львів, 2008. – 20 с.
5. Шулдик В.І. Педагогічний аспект диференційованого підходу до учнів у навчальному процесі / В.І. Шулдик. – К.: ІЗМН, 1997. – 52 с.

Reference

1. Halai M.D, Misharovskiy R.M., Mykhailychenko O.O. (2018). "Model of management of differentiated training of exercises with of pupils of junior school age at physical education lessons". Scientific journal of the National Pedagogical University the name of M.P. Dragomanov. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. Sciences works. - Kyiv: View of the NPP named after M.P. Dragomanov, - Vip. 3K (97). - P. 136-139.
2. Ivashchenko V.P. (2006). "Theory and methods of physical education". Teaching. manual. 420 p.
3. Misharovskiy R.M. (2010). "Determination of the ostin for native indicators during the study of special skills of young schoolchildren at school lessons". Scientific journal of the National Academy of Sciences of Ukraine named after M.P. Dragomanov. Series №15 - P. 184 - 188.
4. Sitovsky A.M. (2008). "Differentiated approach in physical education of adolescent with different rates of biological development (for example, schoolchildren of 7 grades)" author's abstract. disfor obtaining a scientific degree of candidate. Sciences of Physical Education and Sports: Specialists. 24.00.02 "Physical Culture, Physical Education of Different Groups of the Population". 20 p.
5. Schuldik B.I. (1997). "Pedagogical aspect of differentiated approach to students in the educational process". 52 p.

УДК 616-085-053.4:616.233-002

Мотуз С. О.,
Запорізький національний технічний університет, м. Запоріжжя
Николаєва О. І.
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ

АКТУАЛЬНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ 5-7 РОКІВ ХВОРИХ НА РЕЦИДИВНИЙ БРОНХІТ НА ЛІКАРНЯНОМУ ЕТАПІ

У статті обґрунтовано сучасний погляд на проблему застосування фізичної терапії дітей 5-7 років хворих на рецидивний бронхіт на лікарняному етапі. Захворювання легень є актуальною медико-соціальною проблемою внаслідок широкої поширеності, швидкого неухильного прогресу захворювання високої інвалідності і смертності. Бронхіт це захворювання серед дітей і діагностується майже у третини пацієнтів, що знаходяться на диспансерному обліку з приводу хронічних неспецифічних захворювань дихальної системи.

Ключові слова: актуальність застосування фізичної терапії, діти 5-7 років, хворі на рецидивний бронхіт, лікарняний етап.

Мотуз С. А., Николаева О. И. Актуальность применения физической терапии детей 5-7 лет больных рецидивирующий бронхит на больничном этапе. В статье обосновано современный взгляд на проблему применения физической терапии детей 5-7 лет больных рецидивирующий бронхит на больничном этапе. Заболевание легких является актуальной медико-социальной проблемой вследствие широкой распространенности, быстрого неуклонного прогрессирования заболевания высокой инвалидности и смертности. Бронхит это заболевание среди детей и диагностируется почти у трети пациентов, находящихся на диспансерном учете по поводу хронических неспецифических заболеваний дыхательной системы.

Ключевые слова: актуальность применения физической терапии, дети 5-7 лет, больные рецидивирующий бронхит, больничный этап.

Motuz S., Nikolaeva O. Actuality of application of physical therapy of children of 5-7 years old patients with recurrent bronchitis at the hospital stage. The article substantiates the modern view on the problem of the use of physical therapy in children aged 5-7 years with relapsing bronchitis at the hospital stage. Lung disease is an urgent medical and social problem due to the widespread prevalence, rapid and steady progression of the disease of high disability and mortality. Bronchitis is a disease among children and is diagnosed in almost a third of patients who are on a dispensary account for chronic non-specific diseases of the respiratory system. There is not enough research in researching the effectiveness of physical rehabilitation for children with recurrent bronchitis. Most studies analyze the effects of physical rehabilitation in relapsing bronchitis in more general groups, namely often ill children or in a group of children with bronchopulmonary pathology. Only a small number of studies consider recurrent bronchitis to be targeted. The use of physical exercises for the development of the respiratory system contributes to the strengthening of respiratory muscles, increased pulmonary ventilation and gas exchange, mobility of the sternum, sputum removal, the formation of complete breathing with elongated exhalation, increased mobility of the diaphragm, increased functional capacity of the respiratory system.

Of great importance is the massage (classical, self massage, segmental reflex) of the chest, which contributes to the best allocation of sputum and facilitates respiration. The procedure of massage begins with a surface stroke of the chest, in the direction from the aperture along the course of the artery to the axillary pits.