

8. Pyatnytska D.V. Rozvytok fizychnykh zdbnostey studentok vyshchyykh navchal'nykh zakladiv zasobamy aerobiky [Tekst]: avtoref. dys. ... kand. ped. nauk: spets. 13.00.02 «Teoriya ta metodyka navchannya (fizychna kul'tura, osnovy zdorov'ya)» / D.V. P'yatnyts'ka; MON Ukrayiny, Kharkiv's'kyu natsional'nyy un-t im. V.N. Karazina. – Kharkiv, 2017. – 20 s.
9. Reyzin V.M., Ivaschenko A.S. Fizicheskaya kultura v zhizni studenta. V.M. Reyzin, A.S. Ivaschenko. [Nauch. red. A.A. Loginov]. – Mn.: Vyssh. shk., 1986. – 175 s.
10. Ткачук О.Г. Формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх лікарів при викладанні дисципліни «Фізичне виховання» / Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали І Всеукраїнської науково-практичної конференції / [Електронний ресурс]. – Харків: ХДАФК, 2015. – С. 619-622.
11. Шостак І.О. Формування культури здоров'я студентів медичних коледжів у позааудиторній діяльності: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / І.О. Шостак. – Умань, 2017. – 243 с.

Білан Я. О.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

## ПРОБЛЕМА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ ЗАСОБАМИ ФЛОРБОЛУ У ПОЗАУРОЧНІЙ РОБОТІ

У статті розглядаються питання, пов'язані з теорією та методикою розвитку координаційних якостей учнів основної школи засобами флорболу у позаурочній роботі. Фізичне виховання учнів основної школи є багатограним процесом і для досягнення найкращого результату потребує цілеспрямованої роботи як під час основних уроків так і у позаурочній діяльності. Масове поширення і зростаюча зацікавленість молоді флорболом обумовлює необхідність створення навчальних програм та методичних розробок з цього виду спорту. Автор подає деякі витяги з розробленої навчальної програми гуртка «Флорбол» для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти. Визначені актуальні шляхи покращення ефективності процесу розвитку координаційних якостей учнів основної школи у позаурочній роботі передбачають впровадження у практику роботи шкільного нового ігрового виду спорту, яким є флорбол.

**Ключові слова:** розвиток, координаційні якості, учні основної школи, позаурочна робота, флорбол.

**Білан Я. А. Проблема развития координационных качеств учеников основной школы средствами флорбола во внеурочной работе.** В статье рассматриваются вопросы, связанные с теорией и методикой развития координационных качеств учеников основной школы средствами флорбола во внеурочной работе. Физическое воспитание является многогранным процессом и для достижения наилучшего результата требует целенаправленной работы как во время основных уроков так и во внеурочной деятельности. Автор рассматривает некоторые аспекты с разработанной учебной программы кружка «Флорбол» для 5-9 классов общеобразовательных школ. Актуальные пути улучшения эффективности процесса развития координационных качеств учеников основной школы во внеурочной работе, которые были определены, предусматривают внедрение в практику работы школ нового игрового вида спорта, которым является флорбол.

**Ключевые слова:** развитие, координационные качества, ученики основной школы, внеурочная работа, флорбол.

**Belan Y. O. The problem of development of coordination qualities of pupils in basic school by means of floorball during extracurricular work.** In this article the question of development of coordination qualities of pupils in basic school have been examined during extracurricular work. Nowadays the field of pupils' activity have been increased, which has made in probable and unexpectedly appeared situations that needs the display of creativity, rapid reaction, capacity for concentration and changing attention; spatial, time, dynamic exactness of movements and its biomechanical rationality. A high level of development of coordination qualities is an important factor of optimization of movement's coordination and it allows to the movement activity of pupils from basic school to become more effective. One of the displays of physical education at school is an extracurricular work which conducts with the aim of active repose students, strengthening of health, renovation of ability to work, development of movement activities. The table of contents of the programs of physical education at school is filled with different types of sport, which are unpopular among children, that causes pupils' dissatisfaction and does not stimulate them to go in for sports and do physical culture. Lately lots of new kinds of sport have appeared in the world, among them – floorball is a team playing type of sport, it is similar to the hockey in a hall by the main conception, but in this game players use a plastic ball, maneuvering by which fulfils by a hockey-stick, on a ground every team numbers 5 players of different role and a goalkeeper, the aim of a game is to score a goal and win.

As a result of a research the actual ways of improvement of efficiency of the process of development of coordination qualities of pupils in basic school during extracurricular work have been examined which envisage an implantation in practice of schools work the new playing type of sport – floor ball, that will contribute to the personal interest of pupils and will help to create their stable motivation for going in for sports and their harmonious physical development.

**Key words:** coordination qualities, physical development, pupils in basic school, extracurricular work, floorball.

**Постановка проблеми та актуальність дослідження.** У національній доктрині розвитку освіти вказано, що «в усіх ланках системи освіти шляхом використання засобів фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої роботи закладаються основи для забезпечення й розвитку фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я кожного члена суспільства» [10, с.6]. Процес формування гармонійно розвиненої особистості визначається кількома факторами: насамперед це зміцнення здоров'я, досягнення високої та стійкої працездатності за допомогою занять фізичною культурою,

активним відпочинком і спортом, від того, яким чином використовується вільний час, залежить не лише успіх у навчанні, роботі, а й в особистому житті кожної людини.

Проаналізувавши шкільні програми з фізичної культури можна зазначити, що зміст програм наповнений видами спорту, що користуються низькою популярністю у дітей, що викликає у школярів незадоволення і не стимулює їх до занять фізичною культурою і спортом.

З позиції сьогодення значно збільшився обсяг діяльності, яка потребує прояву винахідливості, швидкості реакції, здатності до концентрації та переключення уваги, просторової, часової і динамічної точності рухів та їх біомеханічної раціональності. Рівнем прояву координаційних якостей визначається успіх рухової діяльності учнів. Одним із дієвих способів розвитку фізичних якостей, як вказує багаторічний досвід, є заняття спортом, і тому важливою ланкою в роботі викладача є залучення школярів до занять в спортивних секціях. В Україні нові види спорту з'являються, розвиваються, захоплюють все більший прошарок молоді, але у той самий час постає проблема відсутності методичних розробок, навчальних планів, об'єднаних навчальних програм, складених та розглянутих тренерами конкретних видів спорту, вчителями загальноосвітніх навчальних шкіл та досвідченими фахівцями з фізичного виховання.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Стимульований розвиток фізичних якостей дітей, вказує Г. А. Єдинак, «був і залишається одним з головних завдань фізичного виховання у загальноосвітньому навчальному закладі» [5, с. 151]. Як вважають Р. І. Бойчук і М. Ю. Короп, «цілеспрямований розвиток координаційних якостей учнів у процесі фізичного виховання й спортивного тренування сприяє підвищенню ефективності процесу навчання рухових дій» [2, с. 38].

Особливості розвитку координаційних якостей учнів основної школи, зазначає Ю. Ф. Курамшин, визначаються в першу чергу їх значимістю у сучасній руховій практиці школярів [8, с. 240]. На думку науковця, їх планомірному розвитку повинна приділятися пильна увага, як під час основних уроків так і у позаурочній роботі, що призведе до найкращого ефекту [8, с. 240]. Система підбору засобів розвитку координаційних здібностей школярів, як вказує Н. А. Бернштейн, повинна передбачати застосування, по можливості, найбільш різноманітних вправ і різних їх поєднань [1, с. 64].

Дії флорболістів дуже різноманітні, зазначає В. А. Костяев, вони миттєво повинні приймати рішення переключаячись від нападу до захисту і навпаки. Тому кожен гравець, як вказує дослідник, повинен бути фізично підготовленим, володіти високою швидкістю, вправно володіти клюшкою та м'ячем, володіти тактичними навиками, відзначитися морально-вольовими якостями і яскравою індивідуальністю манери гри [7, с. 9].

У реальній побутовій, виробничій або спортивній руховій діяльності всі координаційні якості проявляються не в чистому вигляді, а у складній взаємодії. «В конкретних ситуаціях окремі координаційні якості відіграють головну роль, а інші — допоміжну», зазначає Т. Ю. Круцевич [9, с. 260].

Б. М. Шиян зазначає, що «для національної системи фізичного виховання характерний цілий комплекс засобів, знання яких дозволить вчителю обирати найефективніші і розробляти нові відповідно до конкретно поставлених педагогічних завдань» [11, с. 87]. У практиці фізичної культури і спорту наявний великий арсенал засобів для впливу на координаційні якості, вказує науковець, найбільш ефективними є фізичні вправи підвищеної координаційної складності, які містять елементи новизни [11, с. 88].

Як зазначають В. П. Іващенко та О. П. Безкопильний «існує досить багато форм позаурочних занять з фізичної культури, вони постійно видозмінюються, наповнюються новим змістом, з'являються нові форми» [6, с. 124]. Хоч відвідування позаурочних занять залежить виключно від бажання учнів, та було б не розумно, плануючи позаурочні заняття, покладатися лише на прагнення бажаних.

Доцільним під час розробок нових методик є використання сучасних тенденцій, зокрема нових видів рухової діяльності, інноваційних технологій тощо. Так використання засобів флорболу для розвитку координаційних якостей учнів основної школи сприятиме посиленню мотивації займаючихся у зв'язку із наростаючою популярністю цього виду спорту серед учнівської молоді.

**Новизна, методологічне значення.** Навчальна програма «Флорбол» як варіативний модуль з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (5-9 класи) запропонована В. І. Гончаренко та ухвалена Міністерством освіти і науки України ще у 2014 році, але жодної розробки стосовно позаурочної роботи немає. Поширення флорболу на теренах України зумовило необхідність розробки навчальної програми гуртка (секції) «Флорбол» для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти. Програма розглянута комісією з фізичної культури Науково-методичної Ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України і схвалена для використання в загальноосвітніх навчальних закладах (Протокол № 5 від 08.12.2017 р.).

**Викладення основного матеріалу дослідження.** У сучасних умовах перед вчителями постає проблема різнобічного фізичного розвитку молоді, формування гармонійно розвиненої особистості та залучення якомога більшої кількості дітей до різноманітної рухової активності. Одним із дієвих способів розвитку фізичних якостей, як вказує багаторічний досвід, є заняття спортом, і тому важливою ланкою в роботі викладача є залучення школярів до занять в спортивних секціях. Флорбол – командний ігровий вид спорту, грається пластиковим м'ячем, маневрування яким виконується клюшкою. На майданчику в кожній команді змагаються 3-5 гравців різного амплуа та воротар, але в самій команді має бути від 6 до 20 гравців. Метою гри, яка триває 3 тайми по 20 хвилин, є забити м'яч у ворота суперника та здобути перемогу. Флорбол є одним із видів рухової діяльності, що набуває масової популярності. Це обумовлено видовищністю, доступністю та емоційністю цього виду спорту. У процесі занять флорболом вдосконалюється функціональна діяльність організму, забезпечується оптимальний фізичний розвиток та розвиток фізичних якостей, учні оволодівають техніко-тактичними діями спортивної гри, здобувають навички співпраці в команді за для досягнення результату.

Зважаючи на те, що спеціальних засобів удосконалення координаційних якостей дуже мало, основною лінією методики їх удосконалення в міру поглиблення спортивної спеціалізації стає введення фактора різноманітності при виконанні незвичних дій для того, щоб забезпечити зростаючі вимоги до координації рухів. Це може бути досягнуто

введенням незвичайних вихідних положень; варіативністю динамічних, часових і просторових характеристик рухів; створенням несподіваних ситуацій за рахунок зміни місця занять і умов їх проведення; використанням різних тренажерних пристроїв і спеціального устаткування для розширення діапазону варіативності рухових навичок. Під час цілеспрямованого розвитку координаційних якостей вирішують дві групи завдань: по різнобічному та спеціально спрямованому розвитку. Завдання щодо спеціального розвитку координаційних якостей вирішуються у процесі спортивного тренування, а вимоги до них визначаються специфікою обраного виду спорту, у спортивних іграх у цьому контексті найбільш важлива здібність швидко і доцільно змінювати рухи та форми дій під впливом змінних умов.

Мета розробленої навчальної програми: формувати в учнів стійку мотивацію щодо збереження свого здоров'я, сприяти фізичному та розумовому розвитку особистості, підвищувати рівень фізичної підготовленості за допомогою гри у флорбол, створювати умови для гармонійного розвитку природних здібностей та психічних якостей, соціальних навичок, використовувати засоби флорболу в організації здорового способу життя. Основні завдання: формування в учнів стійкого інтересу до занять фізичною культурою та здорового способу життя, ознайомлення зі спортивною грою - флорбол, надання загальних уявлень про фізичну культуру і спорт, укріплення здоров'я учнів за допомогою гри у флорбол; розвиток основних фізичних якостей, покращення фізичної підготовленості, підвищення рівня фізичної працездатності засобами флорболу, навчання основним технічним прийомам та тактичним діям гри у флорбол, формування компетентності у спортивній діяльності; створення умов для прояву та вихованню почуття патріотизму, волі до перемоги, сміливості, винахідливості, комунікабельності, наполегливості, відповідальності, організованості і дисципліни; популяризація здорового способу життя, сприяння профілактиці шкідливих звичок та виховання позитивного ставлення до систематичних занять фізичними вправами, популяризація флорболу серед учнівської молоді. Навчальна програма передбачає 5 років навчання, розрахована на учнів віком 10-17 років. Заняття проводяться 2 рази на тиждень по 2 години. Програма - побудована на модульній основі та може використовуватись як програма гуртка (секції) з фізичної культури у закладах загальної середньої освіти. У програмі враховано вікові та психологічні особливості дітей, передбачено інтерактивні підходи у викладенні матеріалу, залучення учнів до творчої співпраці. Під час проведення занять з флорболу в першу чергу необхідно керуватись принципами оздоровчої спрямованості та приділяти належну увагу створенню стійкої мотивації до занять фізичними вправами та спортом. Керівник гуртка, враховуючи рівень підготовки, вік та інтереси займаючихся, стан матеріально-технічної бази закладу, в установленому порядку може вносити зміни до розподілу навчального часу на вивчення окремих тем програми. Програма базується на методичних розробках з флорболу вітчизняних та зарубіжних спеціалістів, з урахуванням сучасного досвіду тренерів з флорболу та вчителів закладів загальної середньої освіти. Запропонована програма складена за підтримки тренерського складу української федерації флорболу. Під час розвитку координаційних якостей учнів основної школи засобами флорболу у позаурочній роботі слід використовувати комплексний підхід і враховувати вплив багатьох факторів даного процесу, таких як рівень соматичного здоров'я, загальну фізичну підготовленість, динаміку загальних, спеціальних та специфічних координаційних якостей. У процесі формування рухової навички, зазначає А. В. Биков, встановлюється тісний взаємозв'язок між опануванням технікою гри у флорбол і рівнем розвитку фізичних якостей, особливо координаційних і швидкісних [3, с. 58]. Під час тренувань діти оволодівають кінематичними, динамічними та ритмічними параметрами рухових дій, що безпосередньо впливає на підвищення рівня розвитку координаційних якостей [3, с. 73].

**Висновки.** Особливості розвитку координаційних якостей учнів основної школи визначаються їх значимістю у сучасній руховій практиці, їх планомірному розвитку повинна приділятися значна увага, як при проведенні основних уроків, так і у позаурочній роботі, що призведе до найкращого результату. У практиці фізичної культури та спорту наявний значний арсенал засобів для впливу на координаційні якості учнів основної школи, але завданням сучасного педагога є пошук нових, цікавих для учнівської молоді видів фізичної діяльності та залучення школярів до занять фізичними вправами у позаурочний час. Впровадження у практику роботи шкіл нового ігрового виду спорту – флорболу повинно сприяти зацікавленості школярів до занять спортом, гармонійному фізичному розвитку та формуванню рухових навичок.

**Перспектива подальших досліджень** полягає у виявленні та теоретичному обґрунтуванні педагогічних умов методики розвитку координаційних якостей учнів основної школи засобами флорболу у позаурочній роботі та створення методичних розробок, для використання фахівцями закладів загальної середньої освіти.

#### Література

1. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии / Н. А. Бернштейн. – М.: Фізкультура и спорт, 1991. – 228 с.
2. Бойчук Р. І. Підвищення ефективності процесу навчання учнів техніки спортивних ігор на уроках фізичної культури шляхом цілеспрямованого розвитку координаційних здібностей / Р. І. Бойчук, М. Ю. Короп. – Чернівці, 2014. – 118 (1). – С. 35-39.
3. Быков А. В. Методические особенности начального обучения во флорболе: Дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Быков; Санкт-Петербургский научно-исследовательский ин-т физической культуры. – Санкт-Петербург, 2007. – 212 с.
4. Гончаренко В. І. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (5-9 класи). Варіативний модуль «Флорбол» / В. І. Гончаренко, О. В. Чемелюх. – К., 2014. – 10 с.
5. Єдинак Г. А. Соматотипи і розвиток фізичних якостей дітей: монографія / Г. А. Єдинак, М. В. Зубаль, В. М. Мисів. – Кам'янець-Подільський: ПП «Видавництво «Оіюм», 2011. – 280 с.
6. Ivashchenko V. P. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya: [pidruchnyk, ch. 2] / V. P. Ivashchenko, O. P. Bezcopyl'nyy. – Cherkasy: vyd-vo TsNTEI, 2006. – 420 s.
7. Kostyaev V. A. Letopis florbola: Metodicheskoe posobie, Arhangelsk, izd-vo PTU, 2001. – 20 s.
8. Kuramshin Y.F. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury / Y.F. Kuramshin. – М.: Sovetskiy sport, 2010. – 320 s.



9. Krutsevich T. Y. Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya: u 2-h t.: [ pldruchnik dlya stud. VNZ ] / za red. T. Y. Krutsevich: [ per. z ros. L. Kozhevnikovo ]. – K: Olimpiyska literatura, 2012. – T. 2. – 368 s.
10. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. – К., 2004. – 16 с.
11. Shyyan B. M. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya shkolyariv: navch. posib.: v 2 ch. Ch. 2 / B. M. Shyyan, I. O. Omel'yanenko. – Ternopil': Navchal'na knyha – Bohdan, 2012. – 304 s.
12. Olympic sport by 2020 // World floorball: The ultimate international floorball magazine, 2002. – № 1. – S. 29.
13. Eskelinen K. New official ball for World floorball Championships // Inncbandy magazin, 2006. – № 6. – S. 99.
14. Floorball. Explosive growth // Published by the Swedish Floorball Federation. Ljundbergs Tryckeri AB, Klippan. – 2002. – 15 s.

**Бінецький Д.О.**

**Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова**

### **КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ ТА РІВНІ ВИХОВАНOSTІ В МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ ПРАГНЕННЯ ДО САМОСТІЙНОСТІ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНО-ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

*У статті розкрито доцільність дослідження проблеми виховання в молодших підлітків загальноосвітніх навчальних закладів прагнення до самостійності в процесі спортивно-ігрової діяльності на сучасному етапі реформування освіти в Україні, а також визначення критеріїв, показників та рівнів вихованості в молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі занять спортивними іграми на основі аналізу останніх досліджень і публікацій з цієї проблеми. Виклад основного матеріалу ґрунтується на результатах попереднього теоретичного дослідження сутності поняття «прагнення молодших підлітків до самостійності в процесі спортивно-ігрової діяльності». На основі визначених критеріїв та показників вихованості в молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі спортивно-ігрової діяльності здійснено аналіз результатів констатувального етапу дослідження.*

**Ключові слова:** прагнення до самостійності, критерії, показники, рівні, виховання самостійності, молодші підлітки, навчальна діяльність.

**Д. О. Бинецький. Критерии, показатели и уровни воспитанности у младших подростков стремления к самостоятельности в процессе спортивно-игровой деятельности.** В статье раскрыто целесообразность исследования проблемы воспитания у младших подростков общеобразовательных учебных заведений стремление к самостоятельности в процессе спортивно-игровой деятельности на современном этапе реформирования образования в Украине. Определены критерии, показатели и уровни воспитанности младших подростков в стремление к самостоятельности в процессе занятий спортивными играми на основе анализа последних исследований и публикаций по этой проблеме. Изложение основного материала основывается на результатах предыдущего теоретического исследования сущности понятия «стремление младших подростков к самостоятельности в процессе спортивно-игровой деятельности». На основе определенных критериев и показателей воспитанности у младших подростков стремление к самостоятельности в процессе спортивно-игровой деятельности осуществлен анализ результатов констатирующего этапа исследования.

**Ключевые слова:** стремление к самостоятельности, критерии, показатели, уровни, воспитание самостоятельности, младшие подростки, учебная деятельность.

**D. O. Binetskyi. Criteria, indicators and educational levels of younger students striving for independence in the process of sports-and-play activity.** The article examines the feasibility of studying the problem of education of younger students of secondary schools the desire for independence in the process of sports-game activity at the present stage of the reformation of education in Ukraine as well as the definition of criteria, indicators and levels of upbringing junior students desire for independence in the process of playing sports games based on an analysis of recent research and publications on this issue. The presentation of the main material is based on the results of the previous theoretical study of the essence of the concept of "the desire of younger students for independence in the process of sports and gaming activities". The analysis of the results of the qualifying phase of the study according to the indicators of cognitive, emotional-value and activity-practical criteria of education of younger students the desire for independence in the process of sports-game activity is carried out on the base of certain criteria and indicators of education of the younger students independence during sports and game activities. The level of education of 5-7 classes students the desire for independence in the process of sports games is determined. The peculiarities of the levels of education of 5-7 classes students the desire for independence in the process of sports games are highlighted. Comparative data of experimental and control classes of upbringing the junior teens aspiration to independence in the process of sports-game activity is based on the results of the qualifying stage of the experiment.

**Keywords:** aspiration to independence, criteria, indicators, levels, self-development, younger teens, educational activity, sports-game activity, experimental classes, control classes, definition, research, indicators, development, self-development, self-improvement, self-analysis, self-esteem, cognitive, emotional value, activity-practical, analysis, results, self-consciousness, system, higher, medium, low, degree, conformity, ideal, process, ability, motives.

**Постановка проблеми.** Сучасні умови і темпи розвитку Української держави вимагають від суспільства виховання активної, самостійної особистості, націленої на самовдосконалення та самореалізацію вродженого потенціалу. Реформаторські зміни в освітній системі України зумовлюють необхідність подальшого вдосконалення навчально-виховного