

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).09
УДК 37.015.3:159.952.13:796-053.6

Бінецький Д. О.,
к.пед.н., старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Касіч Н.П.,
к.пед.н., старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ПОТЕНЦІАЛ СПОРТИВНО-ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЩОДО ВИХОВАННЯ В МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ ПРАГНЕННЯ ДО САМОСТІЙНОСТІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

У статті розкрито потенціал спортивно-ігрової діяльності щодо виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності в закладах загальної середньої освіти. Виклад основного матеріалу базується на результатах попереднього теоретичного дослідження сутності поняття «прагнення молодших підлітків до самостійності в процесі спортивно-ігрової діяльності». За допомогою вивчення наукової літератури та сучасної практики, виявлено, що у молодших підлітків як й в учнівської молоді в цілому фізична активність набуває постійної внутрішньої потреби діяти. Це сприяє розвитку та формуванню необхідних фізичних та моральних якостей, реалізації своїх інтересів та бажань. Також, визначено зміст, форми і методи, які необхідні для дієвого виховання у молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі спортивно-ігрової діяльності.

Ключові слова: спортивно-ігрова діяльність, прагнення до самостійності, критерії, виховання самостійності, молодші підлітки.

Binetskiy D., Kasich N., The potential of sports and play activities in relation to the education of young adolescents in the desire for independence in general secondary education institutions. The article reveals the potential of sports and play activities for the education of young adolescents' desire for independence in general secondary education. The presentation of the main material is based on the results of a preliminary theoretical study of the essence of the concept of the desire of younger adolescents to independence in the process of sports and play activities. On the basis of certain criteria of upbringing in younger adolescents the desire for independence in the process of sports and games. *In the process of physical education in general secondary education games are used as a means of physical culture and as a form of organization of classes. Sports games - a system of characteristic physical exercises, which are performed in different variants according to changing game situations and are evaluated for effectiveness the end result of motor actions. An important feature of sports games are complex collective actions aimed at achieving the planned result. Most types of sports games are team games, so success in competitions largely depends on the coherence of all participants in rapidly changing game situations. Complicating their interactions is the fact that during the game there is no predetermined sequence of game techniques and a constant rhythm. Depending on the game situation, there is a constant change in the emotional state of the player, in connection with which he must be able to control their emotions, actions, mental state in various unforeseen factors.*

Key words: sports and game activity, aspiration to independence, criteria, education of independence, younger teenagers.

Постановка проблеми. Аналіз положень Концепції Нової української школи фізкультурної освітньої галузі [Концепція Нової української школи, 2017], мети оновленої навчальної програми з фізичної культури для 5 – 9 класів [Навчальна програма з фізичної культури для 5–9 класів, 2017], показують, що головними пріоритетами фізичного виховання є формування в підлітків здатності до саморозвитку, самонавчання й самовдосконалення в умовах глобальних змін і викликів. Зокрема, у концепції Нової української школи фізкультурної освітньої галузі результатами навчання учнів закладів загальної середньої освіти визначено: регулярно практикувати фізичну діяльність, демонструвати рухові вміння та навички з фізичної культури та використовувати їх у різних життєвих ситуаціях; обирати, створювати та застосовувати індивідуальні фізкультурно-оздоровчі програми для фізичного вдосконалення та здоров'я; бути здатним до самооцінювання свого фізичного стану.

Аналіз літературних джерел. Узагальнене визначення гри віднаходимо у Великому енциклопедичному словнику: «Гра, вид непродуктивної діяльності, мотив якої полягає не в її результатах, а в самому процесі» [Анікеєва, 1989, с. 267]. У «Великому тлумачному словнику сучасної української мови» поняття «гра» трактується як дія за значенням грати; заняття дітей, підпорядковане сукупності правил, прийомів або основане на певних умовах заняття, що є розвагою [Бусел, 2009, с. 53]. У вітчизняній «Енциклопедії освіти» гра виступає як вид креативної діяльності людини, у процесі якої в уявній формі відтворюються способи дій з предметами, стосунки між людьми, норми соціального життя та культурні надбання людства, які характеризують історично досягнутий рівень розвитку суспільства [Кремень, 2008, с. 138].

Відтак у педагогіці «гра» розглядається як вид діяльності в умовах ситуацій, спрямованих на відтворення та засвоєння суспільного досвіду, в якому розвивається й удосконалюється особистість [Анікеєва, 1989; Кларін, 1985]. У психології поняття «гра» трактується як конкретний прояв індивідуальної та колективної ігрової діяльності дитини, яка має конкретно історичний, багатовидовий, креативний та багатофункціональний характер [Савчин, 2007, с. 424]. Отже, поняття «гра» у педагогіці та психології тлумачиться по-різному: як розвага, непродуктивна діяльність; як засіб навчання виховання; як форма організації суспільно корисної діяльності; як засіб комунікації.

У процесі фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти ігри використовуються як засіб фізичної культури і як форма організації занять [Непша, 2016, с.123]. Спортивні ігри – система характерних фізичних вправ, які виконуються в різноманітних варіантах відповідно до мінливих ігрових ситуацій і оцінюються по ефективності впливу на

організм в цілому і за кінцевим результатом рухових дій [Непша, 2016, с.124].

Спортивні ігри [Котова, 2007, с. 160–164] мають низку характерних ознак, що відрізняють їх від інших засобів фізичного виховання:

- наявність елементів суперництва і емоційності в ігрових діях, що дозволяють відтворювати складні взаємини між людьми;
- мінливі умови виконання рухових дій, що вимагають високої пристосованості до них;
- варіативність ігрових ситуацій, що викликає активну самостійність у виборі результативних дій;
- комплексний прояв різноманітних психофізичних якостей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Гра є складним соціокультурним феноменом, якому присвячена значна кількість філософських, психологічних і педагогічних досліджень. На сьогодні наукою накопичено величезний потенціал знань про це унікальне явище дійсності.

Важливою особливістю спортивних ігор є складні колективні дії, спрямовані на досягнення запланованого результату. Більшість видів спортивних ігор – командні й тому успіх у змаганнях здебільшого залежить від злагодженості усіх учасників в швидкозмінних ігрових ситуаціях. Ускладнює їхні взаємодії те, що під час гри немає заздалегідь зумовленої послідовності виконання ігрових прийомів і постійного ритму. В кожній ігровій ситуації дії окремих гравців команди різні, проте вони мають бути взаємозумовлені й спрямовані на вирішення загального командного завдання. Від гравців вимагається максимум ініціативи, творчості й сміливості, щоб узгоджувати свої дії з партнерами і домагатися ігрового успіху [Ігнатенко, 2013].

Залежно від ігрової ситуації відбувається постійна зміна емоційного стану гравця, в зв'язку, з чим він повинен вміти управляти своїми емоціями, діями, психічним станом при різних непередбачуваних факторах. Спортивний успіх залежить не тільки від рівня фізичної та технікотактичної підготовленості, але і від таких особистісних якостей як комунікабельність, толерантність, відповідальність, самостійність, організованість тощо. В результаті аналітичного зіставлення найбільш значущих якостей, що формуються в процесі спортивно-ігрової діяльності були виділені наступні якості: швидкість, витривалість, сила, спритність, швидкість реакції, увагу, пам'ять, мислення, уяву, емоційна стійкість, активність, цілеспрямованість, самостійність, відповідальність, організованість, рефлексивність, комунікабельність, колективізм [Непша, 2017, с. 30-33].

Важливо зазначити, що одним із провідних методологічних підходів щодо реалізація завдань оновленої навчальної програми з фізичної культури [5–9 класи] у контексті положень Нової української школи є компетентнісний підхід. Він полягає у взаємозв'язаному формуванні у молодших підлітків ключових та предметних компетентностей; логічної послідовності і достатності засвоєння підлітками ключових та предметних компонентностей; орієнтації під час фізичного виховання учнів 5 – 6 класів на особистість підлітка, як на мету, результат і головний критерій його ефективності. Цей підхід також вимагає вивчення і врахування вікових та індивідуальних особливостей молодших підлітків, їхніх потенційних можливостей та інтересів у процесі фізичного виховання і конкретизується в індивідуальному та диференційованому підходах [Навчальна програма з фізичної культури [5–9 кл., 2017].

У розрізі нашого дослідження заслуговує на увагу формування в учнів 5–6 класів ключових компетентностей – ініціативності і підприємливості в процесі занять спортивними іграми формуючи в учнів уміння боротися, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку, контролювати свої емоції, організовувати свій час і мобілізувати ресурси, оцінювати власні можливості в процесі рухової діяльності, реалізовувати різні ролі в ігрових ситуаціях, відповідати за власні рішення, користуватися власними перевагами і визнавати недоліки у тактичних діях у різних видах спорту, планувати та реалізовувати спортивні проекти [турніри, змагання, фізкультурно-масова діяльність тощо]. [Навчальна програма з фізичної культури [5–9 кл., 2017].

Спортивно-тренувальна діяльність характеризується тісною співпрацею тренера із спортсменами. Результати дослідження Л. Рогальової [Рогальова, 2002] демонструють, що у юних спортсменів, які займаються у тренерів з переважною установкою на максимально високий спортивний результат, можуть частіше спостерігатися негативні тенденції розвитку окремих моральних якостей, що не забезпечують формування психологічно стійкої особистості, підвищується вірогідність виникнення внутрішнього конфлікту. А у випадку коли тренер дає переважну установку на позитивний особистий розвиток, а не спортивний результат, його вихованці володіють вищим рівнем мотивації, мають адекватну установку, менш тривожні і психологічно стійкі в ситуаціях змагань.

Досліджуючи проблему виховання в учнів моральних цінностей вчений-педагог А. Тіняков, встановив, що в процесі занять баскетболом у поєднанні з навчанням у школі стимулює в учнів до більшої самостійності і відповідальності [48,4 %]; заняття спортом допомагають знаходити компроміс між власними потребами, знаннями, почуттями та реальними вчинками і поведінкою [23,4 %]; для того, щоб досягти спортивного результату, необхідно мужньо дотримуватися вироблених моральних принципів відповідальності, добра та справедливості [35,9 %]; спорт навчає бути справедливим та мужнім, постійно «перевіряє» людину у ситуаціях великих успіхів [17,2 %].

Потенціал спортивних ігор щодо виховання самостійності також досліджував М. Тимчик. Зокрема він зазначає, що для правильної побудови навчально-тренувального процесу і визначення спортивного навантаження, дуже важливе значення мають дані самостійних спостережень [самоконтролю] учнів молодшого підліткового віку за станом свого здоров'я та фізичним розвитком в процесі занять спортивними іграми. Вони дають змогу вчителю і лікарю своєчасно виявити небажані зміни в організмі й завчасно запобігти перевтомі та перетренованості, усунути порушення режиму дня та несприятливі впливи факторів зовнішнього середовища. Показники самоконтролю за самопочуттям, сном, апетитом, масою тіла, частотою пульсу регулярно перевіряються вчителем фізичної культури [Тимчик, 2013].

Заслуговує на увагу також наукові доробки О. Остапенка, який досліджував виховання в молодших підлітків інтересу в процесі занять спортивними іграми. Дослідник зазначає, що ефективність виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності в процесі занять спортивними іграми залежить від творчого підходу вчителів фізичної культури

та тренерів спортивних секцій до проведення уроків, застосування ними у процесі навчання дієвих методів і прийомів залучення учнів до занять спортивними іграми та підвищення їхньої рухової активності. Результати дослідження педагога показали, що ефективним у цьому плані є широке застосування міжпредметних зв'язків, ігрового методу, прийомів стимулювання та заохочення. Вони сприяють формуванню в учнів системи знань спортивних ігор, вмінь і навичок самостійно займатися спортивними іграми, мотивації до фізичного самовдосконалення та прагнення до самостійних занять спортивними іграми в школі й домашніх умовах [Остапенко, 2014].

Слід зазначити, що спортивно-ігрову діяльність науковці умовно поділяють на два види діяльності: спортивно-тренувальну та змагальну. Головними завданнями спортивно-тренувальної та змагальної діяльності є створення сприятливого середовища для реалізації молодшими підлітками своїх можливостей і здібностей в процесі занять спортивними іграми (табл. 1.2).

Таблиця 1

Потенціал спортивно-ігрової діяльності щодо виховання прагнення до самостійності

Автор	Потенціал спортивно-ігрової діяльності щодо виховання самостійності
Д. Нечипоренко	Обґрунтував методику формування у підлітків мотиву досягнення успіху на заняттях спортивними та рухливими іграми опираючись на особистісну самостійність.
А. Артюшенко	Розробив та успішно апробував методику формування в учнів особистісної мобільності на основі самоаналізу, самооцінки, самоконтролю та самокорекції в процесі занять фізичними вправами та спортивними іграми.
С. Сичов	Розробив теоретико-методичні засади прилучення студентської молоді до цінностей занять спортивними іграми опираючись на особистісну самостійність.
Л. Рогальова	Обґрунтувала методику виховувати моральних якостей в процесі занять спортивними іграми опираючись на сформовану самостійність у підлітків.
І. Решетень	Обґрунтувала методику формування в учнів ініціативності та активності в ігрових ситуаціях, що швидко змінюються опираючись на особистісну самостійність.
І. Боян	Розробив та успішно апробував методику виховання у старшокласників інтересу до занять фізичною культурою на основі сформованої мотивації до самоаналізу, самооцінки та самоконтролю в процесі занять фізичними вправами та спортивними іграми.
М. Жаворонкова	«...в підлітковому віці найуспішніше можна здійснити перехід від елементарних потреб учнів у рухах до їх високого рівня – досягнення високої майстерності спортивних ігор, але за умови виховання в підлітків самостійності до занять спортивними іграми.»
А. Деркач та А. Ісаєв	«... основним мотивом захоплення спортивними іграми молодших підлітків, є усвідомлення учнями значення регулярних занять спортивними іграми для свого фізичного розвитку».
В. Кулибаба	«...виховання відповідальності у процесі занять спортивними іграми на основі сформованої самостійності»
Ю. Жилко	«...Дух спортивних змагань, активізує в школярів інтерес до занять фізичною вправами та спортивними іграми».
А. Тіняков	«...спортивно-тренувальна діяльність у поєднанні з навчанням у школі стимулює в учнів до більшої самостійності і відповідальності».
А. Демчишин	Під час занять спортивними іграми (баскетболом) найбільш яскраво проявляється самостійність в процесі індивідуальних дій гравців у захисті та нападі.
Оновлена навчальна програми з фізичної культури для 5 – 9 класів, згідно положень Нової української школи	Завдання: в процесі занять спортивними іграми формувати в учнів 5–6 класів уміння боротися, здобувати чесну перемогу та з гідністю приймати поразку, контролювати свої емоції, організувати свій час і мобілізувати ресурси, оцінювати власні можливості в процесі рухової діяльності, реалізувати різні ролі в ігрових ситуаціях, відповідати за власні рішення, користуватися власними перевагами і визнавати недоліки у тактичних діях у різних видах спорту, планувати та реалізувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо).
М. Купрієнко	Основним завданням тактичної підготовки з баскетболу як зазначає є розвиток здібностей у гравця, щоб діяти самостійно та ініціативно в різних ігрових ситуаціях.

Висновки. Таким чином в результаті аналізу спортивно-ігрової діяльності з'ясовано, що спортивно-ігрова діяльність є важливою формою і ефективним засобом виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності. Під час спортивно-ігрової діяльності активізується інтерес молодших підлітків до занять спортивними іграми, їм цікавий сам процес дій, миттєві зміни ігрових ситуацій, учням подобається самостійно знаходити вихід із непередбачуваних ігрових ситуацій, швидко встановлювати взаємодії із партнерами, виявляти спритність, витривалість та силу. Це створює необхідні передумови для цілеспрямованого виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності в процесі спортивно-ігрової

діяльності: формування в учнів 5 – 6 класів мети та смислу прагнення до самостійності в процесі занять спортивними іграми та розвиток фізичних і психічних якостей учнів для забезпечення динамічної готовності молодших підлітків щодо самостійної реалізації власних можливостей і здібностей у різних видах спортивно-ігрової діяльності.

Література

1. Артюшенко А. О. Формування в учнів загальноосвітньої школи особистісної мобільності у процесі фізичного виховання. Монографія / А. О. Артюшенко. – Черкаси, 2011. – 393 с.
2. Бех І., Вербицький В. Оновлення освіти: фокус на ранній вік / І. Бех, В. Вербицький // Освіта. – 2017. - № 50-51.
3. Бінецький, Д. О. Виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі спортивно ігрової діяльності : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Бінецький Дмитро Олександрович. – К., 2019. – 249 с.
4. Бінецький, Д.О., Остапенко О.І. Результати експериментального дослідження виховання в молодших підлітків прагнення до самостійності у процесі спортивно-ігрової діяльності / Д.О. Бінецький, О.І. Остапенко// Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт" зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенко. –К. : Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2019. – Випуск 5 (110)19. – С. 79-83.
5. Василенко Н.В. Компетентнісний підхід в освіті: реалізація теорії та практики / Н.В. Василенко // Завуч. Усе для роботи. – 2017. – 21-22. – С. 36-73.
6. Тимчик М.В. Форми і методи патріотичного виховання старших підлітків у процесі спортивно-ігрової діяльності / М.В. Тимчик // Обрії. Науково-педагогічний журнал. – 2013. – №2(37). – С. 48–51.

Reference

1. Artyushenko A. O. Formuvannya v uchniv zahal'noosvitn'oyi shkoly osobystisnoyi mobil'nosti u protsesi fizychnoho vykhovannya. Monohrafiya / A. O. Artyushenko. – Cherkasy, 2011. – 393 s.
2. Bekh I., Verbyts'kyu V. Onovlennya osvity: fokus na ranniy vik / I. Bekh, V. Verbyts'kyu // Osvita. – 2017. - № 50-51.
3. Binets'kyu, D. O. Vykhovannya v molodshykh pidlitkiv prahnennya do samostiynosti u protsesi sportyvno ihrovoyi diyal'nosti : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.07 / Binets'kyu Dmytro Oleksandrovych. – K., 2019. – 249 s.
4. Binets'kyu, D.O., Ostapenko O.I. Rezul'taty eksperymental'noho doslidzhennya vykhovannya v molodshykh pidlitkiv prahnennya do samostiynosti u protsesi sportyvno-ihrovoyi diyal'nosti / D.O. Binets'kyu, O.I. Ostapenko// Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya № 15. "Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury / fizychna kul'tura i sport" zb. naukovykh prats' / Za red. O. V. Tymoshenko. –K. : Vyd-vo NPU imeni M.P.Drahomanova, 2019. – Vypusk 5 (110)19. – S. 79-83.
5. Vasylenko N.V. Kompetentnisnyy pidkhid v osviti: realizatsiya teorii ta praktyky / N.V. Vasylenko // Zavuch. Use dlya roboty. – 2017. – 21-22. – S. 36-73.
6. Tymchuk M.V. Formy i metody patriotychnoho vykhovannya starshykh pidlitkiv u protsesi sportyvno-ihrovoyi diyal'nosti / M.V. Tymchuk // Obriyi. Naukovo-pedahohichnyy zhurnal. – 2013. – №2(37). – S. 48–51.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).10

Бобровник В.І.,

**доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
зав. кафедри легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту.
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ.**

Ткаченко М.Л.,

**кандидат педагогічних наук, доцент кафедри легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту.
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ.**

Данилюк Д.С.,

**викладач кафедри легкої атлетики, зимових видів та велосипедного спорту.
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ.**

Литвиненко С.Г.,

**старший викладач.
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ.**

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ЛЕГКОАТЛЕТИЧНОМУ ДЕСЯТИБОРСТВІ

У підготовці легкоатлетів-багатоборців існує, в основному, два шляхи досягнення високих спортивних результатів. Перший - це вдосконалення і розвиток основних здібностей, до яких, більшою мірою, схильний спортсмен (швидкість, сила тощо.). Другий – спрямований на рівномірне вдосконалення фізичних здібностей для освоєння видів, які входять в десятиборство і семиборство (бігові дисципліни спринтерської спрямованості, стрибкової, швидкісно-силової і витривалості). Спортивні результати українських багатоборців, які беруть участь в цих змаганнях, відстають на 400-800 очок. Найкращим досягненням українського спортсмена Олексія Касьянова на чемпіонаті світу 2009 року було третє місце з результатом 8470 очок, а найгірше – 23-тє у Федора Лаухіна (7652 очка) у 2000 році на Іграх Олімпіади в Сідней (Австралія). Нерегулярна участь українських легкоатлетів-багатоборців у основних спортивних форумах (Олімпійські ігри і чемпіонати світу) свідчать про те, що система підготовки десятиборців в нашій країні знаходиться на низькому рівні. Можна відмітити багато причин таких виступів протягом останніх років з традиційною відсутністю лідерів-