

ТМФВ



ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ **11 (97)/2012**

Виходить 12 разів на рік. Заснований у 2000 році

Свідоцтво про державну реєстрацію
серія КВ № 6255 від 21.06.2002 р.
Засновник і видавець — ТОВ «ОВС»
Передплатний індекс 74667
ISSN 1993—7989

Головний редактор

Худолій О.М., доктор наук з фізичного
виховання і спорту, професор

Редакційна колегія:

Бізін В.П., д-р пед. наук, професор
Єрмаков С.С., д-р пед. наук, професор
Камаєв О.І., д-р пед. наук, професор
Шиян Б.М., д-р пед. наук, професор
Куц О.С., д-р пед. наук, професор
Золотухіна С.Т., д-р пед. наук, професор
Дмитренко Т.О., д-р пед. наук, професор
Микитюк О.М., д-р пед. наук, професор
Мірошніченко В.І., канд. пед. наук,
доцент

Іващенко О.В., канд. пед. наук, доцент
(відповідальний секретар)
Коректор Бланк Є.Б.

Адреса редакції:
Україна, 61174 Харків, а/с 8692.
Тел.: (057) 756-73-38
e-mail: tmfv@tmfv.com.ua
http://www.tmfv.com.ua

Підписано до друку 25.11.2012.
Формат 60×84 1/2. Папір офсетний. Гарнітура Таймс.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 6,989. Обл.-вид. арк. 7,25.
Вид. № 11-2012.
Зам. № 45. Тираж 300 прим. Ціна договірна.
ТОВ «ОВС» Україна, 61003 Харків,
пл. Конституції, 18, к. 11.
Свідоцтво Держкомінформу України
Серія ДК № 331 від 08.02.2001 р.
Друкарня ТзОВ «Цифра прінт».
61166, м. Харків, вул. Культури, 20-В

© «ОВС» ТОВ, оформлення, 2012
© «Теорія та методика фізичного виховання», 2012

Зміст

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ.....	3
<i>Худолій О.М., Мірошніченко Д.Т.</i> Динаміка показників рухової підготовленості дівчаток молодших класів.....	3
ОСНОВИ ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ	8
<i>Крайник Л.В., Ткачек В.В., Прийма С.Б., Шевчук А.М.</i> Навчання юних спортсменів-автогонщиків ефективному проходженню поворотів на етапі попередньої базової підготовки.....	8
ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА	13
<i>Шутєєв В.В.</i> Шляхи оптимізації процесу фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів	13
<i>Середа І. О.</i> Дослідження проблеми розвитку творчих здібностей майбутніх вчителів географії в процесі фізичного виховання у ВНЗ	18
«ВЧИТЕЛЬ» — ЖУРНАЛ У ЖУРНАЛІ	19
<i>Худолій О.М., Іващенко О.В.</i> Семінарські заняття й облік успішності у процесі вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту»	19
<i>Дух Т. І.</i> Групова мотивованість студентів до занять фізичним вихованням в умовах взаємонавчання	38
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕСРТВ НАСЕЛЕННЯ.....	44
<i>Сергієнко Л.П., Лишевська В.М.</i> Розвиток динамічної силової витривалості у дітей і молоді: вправи з гумовим джгутом (закордонний досвід).....	44
НАША ДОВІДКА.....	50
<i>Інформаційне повідомлення</i> про VIII Всеукраїнську наукову конференцію (22 листопада 2012 року) «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту».....	50
<i>Інформаційне повідомлення</i> про IX міжнародну наукову конференцію (28 лютого 2013 року) «Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті»	51



Contents

PHYSICAL CULTURE IS AT SCHOOL	3
<i>Khudolii O.M., Miroshnihenco D.T.</i> Dynamics of indexes motive preparedness girls of junior classes.....	3
BASES OF YOUTH SPORT	8
<i>Krainik L.V., Tkahek V.V., Pryma S.B., Shevhuk A.M.</i> Educating of young racing sportsmen-motorists to the effective passing of turns on the stage of previous base preparation	8
ATHLETIC EDUCATION	3
<i>Shuteev V.V.</i> Ways to optimize the process of physical education students in higher education	3
<i>Sereda I.O.</i> Research development problems creative abilities of future teachers of geography in physical education in universities	18
<i>Dukh Tatiana Ihorivna.</i> Group motivation of students in physical education under mutual learning	38
«TEACHER» — MAGAZINE IN MAGAZINE	19
<i>Khudolii O.M., Ivashchenko O.V.</i> Seminar employments and account of progress in the process of study of educational discipline «Theory and methodology of child's and youth sport».....	19
PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT GROUPS OF POPULATION	44
<i>Serhiyenko L.P., Lyshevska V.M.</i> The development of the dynamics endurance in children and youth (foreign innovations)	44
OUR HELP	50
<i>Information message</i> about the VIII Allukrainian scientific conference (on November, 22, in 2012) the «Actual problems of physical education and sport»	50
<i>Information message</i> about IX international a scientific conference (on February, 28, 2013) of Design and information technologies are in physical education and sport.....	51

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

УДК 796.925

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ РУХОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТОК МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Худолий О.М., Мірошніченко Д.Т.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
Харківський національний економічний університет

Анотація. Стаття присвячена вивченню динаміки показників рухової підготовленості дівчаток молодших класів. На основі даних експерименту встановлено, що дівчатка 8 років показують кращі результати в швидкісно-силовій підготовці та статичній витривалості.

Ключові слова: рухова підготовленість, школярі молодших класів.

Постановка проблеми. Проблема підвищення рівня розвитку рухових здібностей на уроках фізичної культури була порушена у роботах [5—11].

У період з 8 до 11 років за даними Ф.Г. Казаряна [3], З.І. Кузнецової [4], С.Ф. Цвека [12], Є.П. Ільїна [1], М.В. Зубаль [2] спостерігається гетерохронний характер у розвитку рухових здібностей. Розвиток однієї рухової здібності позитивно відбивається на зростанні показників інших, що зумовлює необхідність комплексного підходу до їх розвитку.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив зробити висновок, що залишаються мало дослідженими особливості динаміки рухової підготовленості школярів молодших класів.

У зв'язку з викладеним вище, представляється актуальним дослідження динаміки показників рухової підготовленості дівчаток молодших класів.

Зв'язок теми дослідження з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди на 2012—2016 рр. з проблеми «Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (№ держ. реєстрації 0112U002008).

Мета дослідження — визначити вікові зміни рухової підготовленості дівчаток молодшого шкільного віку.

Для цього було підібрано двадцять тестів, які характеризували наступні прояви рухового хисту: 1. Сила — 6 тестів. 2. Гнучкість — 3 тести. 3. Управління рухами в просторі — 3 тести. 4. Управління рухами за часом — 4 тести. 5. Управління рухами

за ступенем м'язових зусиль — 2 тести. 6. Бистрота — 2 тести.

1. Стрибок в довжину з місця.

Обладнання. Неслизька поверхня з лінією і розміткою в сантиметрах.

Опис проведення тестування. Учасник тестування стає на вихідну позицію так, щоб носками ніг торкатися цієї лінії, робить руками мах назад, потім різко виносить їх уперед, відштовхуючись ногами, стрибає якомога далі. Результатом тестування є дальність стрибка в сантиметрах, що вимірювалась від стартової лінії до місця торкання підлоги п'яткою ноги, яка знаходилась ближче до лінії. Вправа виконувалась дитиною по три рази, фіксувався кращий результат.

Загальні вказівки та зауваження. Тестування проводиться відповідно до правил змагань для стрибків у довжину з розбігу. Місце відштовхування і приземлення повинні перебувати на одному рівні.

2. Вис на прямих руках.

Обладнання. Перекладина, секундомір, гімнастичні мати.

Проведення тесту. Учасник тестування за допомогою набирає положення вису на прямих руках, тулуб і ноги утворюють пряму лінію. За командою «Можна!» учасник утримує це положення.

Результат. Час у секундах протягом якого утримується вис на прямих руках.

Загальні вказівки і зауваження. Хват руками повинен бути на ширині плечей.

3. З положення лежачи прогнутися.

Обладнання. Секундомір, гімнастичні мати.

Проведення тесту. Учасник тестування приймає положення лежачи, руки за головою. За командою «Можна!» учасник прогинається і утримує це положення.

Результат. Час у секундах протягом якого утримується прогнуте положення.

Загальні вказівки і зауваження. Тест оцінюється якщо груди і ноги не торкаються підлоги.

4. З вису лежачи згинання і розгинання рук.

Обладнання. Низька поперечина.

Проведення тесту. Учасник тестування набирає положення змішаного вису, руки випрямлені, тулуб і руки утворюють пряму лінію, кут в кульшовому суглобі 135°, ноги спираються у додаткову опору. За командою «Можна!» учасник починає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки.

Результат. Кількість безпомилкових згинань і розгинань рук за одну спробу.

Загальні вказівки і зауваження. У згинанні рук необхідно наблизитися до точки вису плечима. Не дозволяється перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більше 3 секунд. Згинання і розгинання рук, виконані з помилками, не зараховуються.

5. З упору лежачи згинання і розгинання рук.

Обладнання. Рівний дерев'яний або земляний майданчик.

Опис проведення тесту. Учасник тестування приймає положення упору лежачи: руки випрямлені, на ширині плечей пальцями вперед, тулуб і ноги утворюють пряму лінію, пальці ступнів спираються об підлогу. За командою «Можна!» учасник починає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки.

Результат. Кількість безпомилкових згинань і розгинань рук за одну спробу.

Загальні вказівки і зауваження. У згинанні рук необхідно торкатися грудьми опори. Не дозволяється торкатися опори стегнами, згинати тіло і ноги, перебувати у вихідному положенні та із зігнутими руками більше 3 секунд, лягати на підлогу, розгинати руки почергово, розгинати і згинати руки не з повною амплітудою. Згинання і розгинання рук, виконані з помилками, не зараховуються.

6. Присідання на двох ногах.

Обладнання. Рівний майданчик.

Опис проведення тесту. Учасник набуває вихідне положення о.с. По команді виконується присідання на повній стопі. Присідання виконуються без зупинок.

Результат. Кількість присідань.

7. Нахил тулуба вперед із положення сидячи (см).

Даний тест використовувався для оцінки гнучкості.

Обладнання. Накреслена на підлозі лінія АБ і перпендикулярна до неї розмітка в сантиметрах (на повздовжній лінії) від 0 до 50 сантиметрів.

Опис проведення тестування. Учасник тестування сидить на підлозі босоніж так, щоб його

п'ятки торкалися лінії АБ. Відстань між п'ятками — 20—30 см, ступні вертикально до підлоги. Руки лежать на підлозі між колінами долонями донизу. Партнер тримає ноги на рівні колін, щоб уникнути їх згинання. За командою «Можна!» учасник тестування плавно нахиляється вперед, не згинаючи ніг, намагається доторкнутися руками якомога далі. Положення максимального нахилу слід утримувати протягом 2 секунд, фіксуючи пальці на розмітці. Вправу повторюють тричі. Результатом тестування є позначка на перпендикулярній розмітці в сантиметрах, до якої учасник дотягнувся кінчиками пальців рук у кращих із трьох спроб.

Загальні вказівки і зауваження. Вправа повинна виконуватися плавно. Якщо учасник згинає ноги в колінах, спроба не зараховується.

8. Викрут в плечових суглобах, см.

Обладнання. Гімнастична палиця зі шкалою в сантиметрах.

Проведення тесту. В.п. — палка хватом зверху попереду-внизу. Учень виконує прямими руками викрут, палиця переноситься через верх назад до торкання тіла, а потім — у в.п. Кількість спроб не обмежується.

Результат. Фіксується найменша відстань між кистями (ширина хвату).

Загальні вказівки і зауваження. Тест виконується після попередньої розминки. Результат фіксується у спробі виконаній прямими руками.

9. Відведення лівої ноги в сторону.

Обладнання. Градуйований екран.

Опис проведення тесту. Учасник приймає положення основної стійки. Далі виконує відведення лівої ноги в сторону.

Результат. Амплітуда руху, градуси.

10. Стрибок у довжину з мінімальним збільшенням довжини.

Обладнання. Сектор для стрибків.

Опис проведення тесту. Для проведення тесту визначається максимальна довжина стрибка. Далі відмічається зона для виконання стрибків (50—75 % від максимального). Кожен наступний стрибок повинен бути виконаний в зону з мінімальним приростом. Вправа завершається, якщо учасник повторюється.

Результат. Кількість прибавок.

11. Почережне прийняття положення рук в сторони з мінімальним збільшенням кута.

Обладнання. Градуйований екран.

Опис проведення тесту. Учасник приймає положення руки в сторони. Далі виконує підйом рук вгору з мінімальним збільшенням кута. Вправа завершається, якщо учасник повторюється.

Результат. Кількість прибавок.

12. Почережний підйом ніг вперед з мінімальним збільшенням кута в положенні лежачи.

Обладнання. Гімнастичний мат. Градуйований екран.

Опис проведення тесту. Учасник приймає положення лежачи. По команді виконує підйом ніг вперед, потім приймає вихідне положення. Далі виконує підйом ніг з мінімальним збільшенням кута. Вправа завершається, якщо учасник повторюється.

Результат. Кількість прибавок.

13. П'ять стрибків по міткам за 3 с.

Обладнання. Розмічений сектор для стрибків, секундомір.

Опис проведення тесту. Учасник виконує п'ять стрибків по міткам (відстань між мітками 0,5 м) за 3 с. Стрибки виконуються в темпі, зупинки не допускаються.

Результат. Час виконання завдання в секундах.

14. П'ять стрибків по міткам за 5 с.

Обладнання. Розмічений сектор для стрибків, секундомір.

Опис проведення тесту. Учасник виконує п'ять стрибків по міткам (відстань між мітками 0,5 м) за 5 с. Стрибки виконуються в темпі, зупинки не допускаються.

Результат. Час виконання завдання в секундах.

15. Три стрибки по міткам за 3 с.

Обладнання. Розмічений сектор для стрибків, секундомір.

Опис проведення тесту. Учасник виконує три стрибки по міткам (відстань між мітками 0,5 м) за 3 с. Стрибки виконуються в темпі, зупинки не допускаються.

Результат. Час виконання завдання в секундах.

16. Три стрибки по міткам за 5 с.

Обладнання. Розмічений сектор для стрибків, секундомір.

Опис проведення тесту. Учасник виконує три стрибки по міткам (відстань між мітками 0,5 м) за 5 с. Стрибки виконуються в темпі, зупинки не допускаються.

Результат. Час виконання завдання в секундах.

17. Теплінг-тест, за 10 с.

Обладнання. Олівець, секундомір, аркуш паперу.

Опис проведення тесту. Використовувався графічний метод реєстрації рухів. Для цього звичайний лист паперу ділиться лінією на дві рівні частини. На одній з них випробовуваний ставить олівцем або кульковою ручкою відмітки торкання листа (крапки) протягом перших 5 с роботи, на другій — протягом подальших 5 с роботи. Для того, щоб пальці випробовуваного не зіскакували і тим самим не порушувався темп його дій, олівець (або кулькова ручка) повинен мати в своїй нижній третині упор-насадку, яку за відсутності в конструкції заводського виконання можна зробити самостійно з ізоляційної стрічки.

Опис проведення тестування. Перед випробовуваним ставиться задача: «По команді «Почали!» зробіть за 10 с роботи якомога більше рухів (замикань ключа, крапок на папері)». Дії випробовуваного припиняються по команді експериментатора «Стоп!». У випадках графічної реєстрації, коли після подачі цієї команди випробовуваний ще якийсь час продовжує робити відмітки, у їх підрахунку слід відняти ті, що були виконані ним за інерцією. Як правило, максимальний темп випробовувані можуть витримати протягом короткого часу (3—5 с), тому можливі два варіанти оцінки частоти рухів: по всьому 10-секундному інтервалу або за допомогою вибору кращого результату (максимальної частоти) з двох 5-секундних серій.

18. Час виконання 10 сплесків, с.

Обладнання. Секундомір.

Проведення тесту. Учасник тестування із положення основної стійки, після попередньої команди і команди «Марш!», у максимальному темпі виконує десять сплесків долонями.

Результат. Час виконання 10 сплесків, с.

Загальні вказівки та зауваження:

1. Учасникам тестування надаються дві спроби. Фіксується кращий результат.
2. Виконання сплесків контролюється візуально і визначається на слух.
3. У виконанні тесту тулуб не можна нахилити вперед.

19. Стрибокудовжину на 50% від максимального.

Обладнання. Гімнастичний мат.

Опис проведення тестування. Учаснику пропонують виконати максимально стрибок в довжину. Результат заноситься в протокол. У другій спробі виконується стрибок в довжину на 50% максимального зусилля.

Результат. Помилка у відсотках.

20. Кидання м'яча (0,5 кг) з положення сидячи на 50% від максимального.

Обладнання. Набивний м'яч, розмічений сектор для метання.

Опис проведення тестування. Учасник приймає положення сидячи, м'яч вгорі. По команді можна виконується максимально далекий кидок м'яча двома руками. Потім виконується кидок на 50% від максимального.

Результат. Помилка у відсотках.

У дослідженні взяли участь 17 дівчаток 7 років і 15 дівчаток 8 років. Результати проаналізовані за допомогою багатовимірного критерію Хотеллінга.

Результати дослідження. Результати аналізу наведені в таблиці 1. У групі тестів, які характеризують силові здібності, дівчатка 8 років показують кращі результати в «Стрибках в довжину з місця», «Вис, тривалість», «3 положення лежачи на живо-

Результати тестування рухової підготовленості дівчаток 7 та 8 років

№ з/п	Показники	Дівчатка 7 років		Дівчатка 8 років		Т-критерій Стьюдента	
		М	s	М	s	t	p
1. Сила							
1	Стрибок в довжину, см	90,71	11,41	102,00	10,49	4,51	<0,01
2	Вис, с	43,06	21,42	72,50	19,93	8,65	<0,01
3	З положення лежачи на животі, прогнутися, с	22,29	9,80	42,33	15,81	13,42	<0,01
4	З вису лежачи згинання і розгинання рук	8,88	3,37	11,33	4,89	1,86	>0,05
5	З упору лежачи згинання і розгинання рук	12,18	12,98	7,33	5,16	0,77	>0,05
6	Присідання на двох ногах	35,71	13,01	46,17	11,77	3,00	<0,05
2. Гнучкість							
7	Нахил вперед, см	8,71	11,64	7,83	6,68	0,03	>0,05
8	Викрут в плечових суглобах, см	53,41	17,48	59,67	7,76	0,70	>0,05
9	Відведення лівої ноги в сторону	96,18	29,56	101,67	14,72	0,19	>0,05
3. Управління рухами в просторі							
10	Стрибок у довжину з мінімальним збільшенням довжини	3,41	2,32	4,83	2,48	1,61	>0,05
11	Почередне прийняття положення рук в сторони з мінімальним збільшенням кута	3,65	1,00	2,50	0,55	7,05	<0,01
12	Почередний підйом ніг вперед з мінімальним збільшенням кута в положенні лежачи	3,51	0,82	2,67	0,82	4,64	<0,01
4. Управління рухами за часом							
13	П'ять стрибків по міткам за 3 с	3,04	0,18	3,03	0,15	0,00	>0,05
14	П'ять стрибків по міткам за 5 с	3,78	0,61	4,57	0,54	0,88	<0,01
15	Три стрибки по міткам за 3 с	3,44	0,60	3,58	0,38	0,32	>0,05
16	Три стрибки по міткам за 5 с	6,88	1,65	4,58	0,65	0,23	>0,05
6. Бистрота							
17	Теплінг-тест, за 10 с	39,06	13,80	49,33	10,21	2,76	<0,05
18	Час виконання 10 сплесків, с	5,14	7,96	3,00	0,44	0,42	>0,05
5. Управління рухами за ступенем м'язових зусиль							
19	Стрибок у довжину на 50% від максимального, помилка у %	11,56	9,73	9,63	4,54	0,21	>0,05
20	Кидання м'яча (0,5 кг) з положення сидячи на 50% від максимального, помилка у %	20,46	11,13	6,43	4,60	8,78	<0,01

T^2 - Фактичне=1636,4252

T^2 - Критичне= 808,5000

Число степенів свободи= 20 і 2 для багатовимірного Т-критерія

Число степенів свободи= 21 для t-критерія Стьюдента

ті, прогнутися, с», «Присідання на двох ногах» ($p < 0,01$).

У групі тестів на гнучкість різниця в результатах не значна ($p > 0,05$).

У групі тестів на управління рухами в просторі дівчатка 7 років мають кращі результати, чим дівчатка 8 років.

У групі тестів на управління рухами за часом дівчатка 8 років більш точно відтворюють часові характеристики ($p < 0,05$), вони також менше допускають помилок в оцінці силових характеристик руху («Кидання м'яча з положення сидячи на 50% від максимального»).

Багатовимірний критерій Хотеллінга свідчить, що дівчатка 7 і 8 років за комплексом тестів статистично достовірно відрізняються одна від одної.

Висновки:

1. Дівчатка 8 років показують кращі результати в швидко-силовій підготовці, та статичній витривалості.

2. Дівчатка 8 років показують кращі результати в управлінні рухами і бистроті.

3. Дівчатка 7 і 8 років не відрізняються одна від одної за показниками гнучкості.

Перспективою подальших досліджень є вивчення структури рухової підготовленості школярів молодших класів.

Список літератури

1. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2003. — 384 с.
2. Зубаль М.В. Темпи розвитку фізичних якостей хлопців різних соматотипів в онтогенезі шкільного періоду / Зубаль М. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. за ред. Єрмакова С. С. — Х., 2008. — № 9. — С. 50—54.
3. Казарян Ф.Г. Динамика развития мышечной силы у школьников / Казарян Ф.Г. // Теория и практика физ. культуры. — 1964. — № 3. — С. 36—39.
4. Кузнецова З.И. Развитие двигательных качеств школьников / Кузнецова З.И. — М.: Просвещение, 1967.
5. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: [монографія]. — Д.: Інновація, 2007. — 252 с.
6. Худолей О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
7. Худолій О.М. Теоретичні основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі / Худолій О.М. // Теорія і практика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2001. — № 1. — С. 3—12. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/1/1>
8. Худолій О.М. Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення I / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 1. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/683/669>
9. Худолій О.М. Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення II / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 2. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/690/676>
10. Худолій О.М. Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини. Доповідь I / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 4. — С. 19—34. Режим доступу <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/617/605>
11. Худолій О.М. Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини. Доповідь II / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 5. — С. 19—27. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/624/612>
12. Цвек С.Ф. Физическая культура школьников 1-3-х классов / Цвек С.Ф. — К.: Здоров'я, 1979.

Надійшла до редакції 20.10.2012 р.

Худолей О.Н., Мировшниченко Д.Т. Динамика показателей двигательной подготовленности девочек младших классов.

Статья посвящена изучению динамики показателей двигательной подготовленности девочек младших классов. На основе данных эксперимента установлено, что девочки 8 лет показывают лучшие результаты в скоростно-силовой подготовке и статической выносливости.

Ключевые слова: двигательная подготовленность, школьники младших классов.

Khudolii O.M., Miroshnihenco D.T. Dynamics of indexes motive preparedness girls of junior classes.

The article is sanctified to the study of dynamics of indexes of motive preparedness of girls of junior classes. It is set on the basis of data of experiment, that girls 8 show the best results in speed-power preparation and static endurance.

Keywords: motive preparedness, schoolchildren of junior classes.

ОСНОВИ ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ

УДК 796.015.154.22

НАВЧАННЯ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ-АВТОГОНЩИКІВ ЕФЕКТИВНОМУ ПРОХОДЖЕННЮ ПОВОРОТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Крайник Л.В., Ткачек В.В., Прийма С.Б., Шевчук А.М.

Національний університет «Львівська політехніка», Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. Автори підбрали засоби й методику оволодіння сучасною ефективною технікою проходження поворотів для юних спортсменів-картингістів на етапі попередньої базової підготовки, що дозволяє обійтись без переучування новій техніці на наступних етапах багаторічного спортивного удосконалення. Ефективність розробленої програми їх підготовки підтверджена результатами тестування: після закінчення навчання спортсмени покращили проходження асфальтової та гравійної змагальних ділянок на тренажері-стимуляторі в середньому на 7,81% та 4,43% відповідно.

Ключові слова: автоспорт, техніка, поворот, підготовка, методика, програма.

Постановка проблеми. Спортивний спосіб керування автомобілем — найбільш безпечний, так як він передбачає вміння прогнозувати розвиток дорожньої ситуації, що дуже допомагає уникати аварійних ситуацій у повсякденному дорожньому русі [1, 2]. Автомобільний спорт має важливе прикладне значення, сприяючи не лише здоровому способу життя спортсменів, а й покращенню дорожньої обстановки, збереженню дорогої техніки, здоров'я та життя громадян. Тому ключові положення гоночної теорії, спрощені до необхідного рівня — це новий погляд на цивільне водіння, ефективність і правильність якого безсумнівні [3].

Проте програми курсів водіїв не передбачають вивчення передового досвіду підготовки спортсменів-автогонщиків, тому виникає проблема невідповідності рівня підготовленості водіїв для народного господарства бурхливому розвитку автомобілізації країни, швидкісним характеристикам сучасних автомобілів та стрімкому зростанню аварійності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Традиційне судження про два стилі пілотування спортивного автомобіля — «кільцевий», що передбачає проходження поворотів методом «вкочування», скеровуючи автомобіль передом у напрямку повороту, й «ралійний», при якому в повороти входять боком з ефектним викидом з-під коліс каміння, піску чи снігу, не знаходить підтвердження в спеціальній літературі. Автори [1, 4, 5] наводять де-

тальний опис всіх типів силового (керованого) ковзання, проте підкреслюють, що бічне ковзання шин — це ефективне гальмо. Рух з критичною швидкістю капотом уперед з мінімальним ковзанням на слизькому покритті небезпечний, проте саме таким способом проходять повороти найсильніші ралійні екіпажі світу [1]. При навчанні цьому способу часто трапляються аварії, а швидкість руху спочатку знижується, тому більшість спортсменів долають траси боком упоперек поворотів, дивлячись на дорогу через бокове скло. Проте керований занос на вході в поворот — це рух автомобіля «аварійною» траєкторією («Slow down») [4], яка уповільнює рух при виникненні небезпеки і виправдана у випадку виникнення несподіваної перешкоди або грубої помилки пілота [5].

Навчання юних автогонщиків раціональному способу проходження поворотів ще на етапі попередньої базової підготовки дуже актуальне, так як дозволяє обійтись без їх переучування на нову сучасну техніку протягом наступних етапів багаторічного спортивного удосконалення [2], а також закладає основу високих професійних якостей та безаварійності майбутніх водіїв автомобільного транспорту [3].

Об'єкт дослідження: процес підготовка юних спортсменів-автогонщиків на етапі попередньої базової підготовки.

Предмет дослідження — навчання раціональним способам керування автомобілем.

Мета роботи — розробити програму навчання юних автогонщиків ефективному способу про-

ходження поворотів на етапі попередньої базової підготовки.

Завдання:

1. Підібрати методику й засоби оволодіння навичками раціонального способу проходження поворотів для юних спортсменів-автогонщиків.
2. Розробити та апробувати на практиці програму навчання спортсменів-автогонщиків раціональному проходженню поворотів на етапі попередньої базової підготовки

Методи та організація дослідження. Для розв'язання поставлених завдань були використані методи аналізу та узагальнення спеціальної літератури, WEB-сторінок мережі INTERNET; навчальних планів та навчально-тренувальних програм підготовки спортсменів-автогонщиків, вивчення, узагальнення та систематизація передового досвіду, індукції й дедукції, моделювання змагальних трас на тренажері-симуляторі, педагогічне спостереження за змагальною діяльністю в автомобільному спорті, узагальнення педагогічного досвіду, експериментальний метод, методи педагогічного коригування й впливу та ін. тощо. У дослідженні також застосовувалися методи теорії ймовірностей і математичної статистики.

Дослідження проводились на базі секції картингу Львівського центру науково-технічної творчості учнівської молоді (ЦНТТУМ) протягом 2010-го р. В експерименті взяло участь 12 юних спортсменів-картингістів віком від 11 до 13 років, що займалися у секції не менше одного року (етап попередньої базової підготовки).

Виклад основного матеріалу. Згідно чинного законодавства України, отримати необхідне для занять «дорослими» дисциплінами автомобільного спорту посвідчення водія можна лише з 18-ти років. Тому доступними для навчання юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки видами підготовки є теоретична, тренажерна й полігонна картингова [6]. Ураховуючи різке скорочення фінансування позашкільних навчальних закладів освіти спортивно-технічного профілю та особливі вимоги безпеки при проведенні полігонних занять на мікроавтомобілях «карт», запропонована нами програма навчання юних спортсменів-автогонщиків ефективному способу проходження поворотів набула наступного вигляду:

а) перше (вступне) тестування спортсменів групи на комп'ютеризованому тренажері-симуляторі [7] — триразове проходження довільним стилем кожної з трас двох СД з гравійним і асфальтовим покриттям з розрахунком показаного результату за методикою ЛДУФК (фактичний час проходження збільшується на 5 с за кожен розворот автомобіля поперек траси й за кожен удар об перешкоду, та на 15 с за кожен переворот через дах; оцінка здійснюється за кращим показаним результатом) [8];

б) два теоретичні заняття з опитуванням юних спортсменів перед першим і після другого заняття;

в) друге (контрольне) тестування спортсменів групи на тренажері — триразове проходження цих самих СД з педагогічною установкою проходити трасу «кільцевим» способом (передом автомобіля) з розрахунком показаного результату за методикою ЛДУФК та детальним аналізом допущених помилок;

г) чотири спеціальні практичні заняття за індивідуальними планами — триразове проходження на кожному занятті двох рівнів програми «Школи гонщиків» на комп'ютеризованому тренажері-симуляторі, що включають описані нижче вправи, з педагогічною установкою проходження поворотів передом автомобіля без бокового заносу;

д) третє (підсумкове) тестування спортсменів групи на тренажері з аналогічним, як і в другому тестуванні, завданням.

Теоретична підготовка спортсменів здійснювалась протягом двох спеціальних занять по одній академічній годині, продовжувалась на практичних заняттях під час аналізу виконаних завдань.

Зміст теоретичної підготовки передбачав вивчення двох тем: «Аналіз взаємодії автомобільної шини з дорогою» та «Порівняння різних способів спортивного проходження поворотів». Перша тема передбачала розгляд на понятійному рівні плями контакту шини з дорогою, опору коченню колеса, коефіцієнта зчеплення, відведення колеса, керуваність автомобіля та ін.; друга тема стосувалась двох основних способів проходження поворотів — боком («ралійний стиль») та передом автомобіля («кільцевий стиль») [1, 2], а також динамічного перерозподілу ваги автомобіля по осях і колесах, гальмування, керування та прискорення в різних фазах повороту, «апекса» повороту, підгальмування лівою ногою тощо.

У програму тренажерної підготовки були включені наступні вправи, передбачені підпрограмою «Школа гонщиків» базової комп'ютерної програми «Colin Mc Rae rally — 1» тренажера-симулятора [7]:

1 — вправа «Розгін — гальмування»: стартувати за сигналом стартера з максимальним прискоренням, чітко контролювати курсову стійкість автомобіля при розгоні, а особливо — при гальмуванні, якомога точніше загальмувати габаритом автомобіля в позначеній квадратами зоні, уникаючи проковзування коліс та бокового заносу, не збивати фішок (порядок та вимоги до виконання старту й фінішу — аналогічні для всі наступних вправ).

2 — вправа «Проста петля»: пройти повні чотири кола навколо петлі за годинниковою стрілкою, розвиваючи максимальну швидкість на прямих і гасячи її перед входом у кожен поворот. Повороти слід проходити якомога ближче до фішок, вико-

ристовуючи ручне гальмо та контрольоване бокове ковзання автомобіля. Фішок не збивати! Після четвертої петлі з'їхати в зону гальмування (вимоги до швидкісних режимів та до проходження поворотів — аналогічні для всі наступних вправ).

3 — вправа «Складна широка петля»: пройти повні чотири кола навколо петлі проти годинникової стрілки. Вихід із стартового лівого повороту повинен бути гранично точним, аби автомобіль не торкнувся ні фішок, ні обмежуючих габарит автомобільних вантажних шин. Після четвертої петлі з'їхати в зону гальмування.

4 — вправа «Широка вісімка»: пройти повні чотири вісімки згідно схеми. Виходи з поворотів повинні бути гранично точними, аби автомобіль не торкнувся обмежуючих фішок. Після закінчення четвертої вісімки з'їхати в зону гальмування.

5 — вправа «Складна вузька петля»: пройти повні чотири кола навколо петлі по годинниковій стрілці. Гальмування та вхід у протилежний стартовому правий поворот з негабаритного коридора повинні бути гранично точними, аби автомобіль при гальмуванні не торкнувся ні фішок, ні обмежуючих габарит коридора автомобільних вантажних шин, та не від'їхав занадто далеко від петлі. Після четвертої петлі з'їхати в зону гальмування.

6 — вправа «Вузька вісімка»: пройти повні чотири вісімки згідно схеми. Виходи з поворотів повинні бути гранично точними, аби автомобіль не торкнувся обмежуючих фішок. Після закінчення четвертої вісімки з'їхати в зону гальмування.

Усі вправи спортсмени групи виконували з педагогічною установкою проходити повороти передом автомобіля без бокового заносу. Результати вступного, контрольного та підсумкового тестувань учасників експерименту на комп'ютеризованому тренажері-симуляторі зведені в таблицю 1.

Результати першого (вступного) тестування на комп'ютеризованому тренажері-симуляторі показали, що всі спортсмени групи обох типах покриття траси застосовували звичний їм з досвіду керування «картом» ефективний та безпечний, але відносно повільний, «ралійний» (з боковим заносом) стиль проходження переважної більшості поворотів, і показали максимально можливі індивідуальні результати на даному етапі підготовленості.

Теоретичне опитування спортсменів групи перед першим теоретичним заняттям показало, що рівень їх спеціальних знань з теорії руху й керування автомобілем дуже низький: для переважної більшості з них зміст запланованих теоретичних занять виявився абсолютно новим і невідомим, а невелику

Таблиця 1

Результати тестувань юних картингістів на тренажері-симуляторі

№ п/ч	Ініціали учасника експерименту	Кращі результати першого тесту, с		Кращі результати другого тесту, с		Кращі результати третього тесту, с	
		СД 1 гравій	СД 2 асфальт	СД 1 гравій	СД 2 асфальт	СД 1 Гравій	СД 2 Асфальт
1	В. Н.	92,8	185,2	94,2	191,8	88,3	175,0
2	А. В.	99,2	179,4	112,9	184,1	99,0	169,9
3	В. Р.	100,1	196,1	111,6	198,3	86,3	180,3
4	А. С.	89,8	169,7	90,3	173,7	90,2	163,9
5	С. О.	93,0	183,8	99,2	189,1	79,8	174,1
6	О. К.	112,8	197,0	119,1	209,6	100,0	195,8
7	О. І.	99,9	177,3	103,7	189,2	89,2	178,0
8	Є. Ж.	111,9	201,0	131,2	227,8	105,1	192,2
9	М. М.	93,2	169,9	102,3	174,7	82,5	159,7
10	В. Р.	100,4	195,8	116,4	202,1	92,4	182,9
11	Р. Ш.	115,7	205,5	125,0	212,8	114,9	201,4
12	О. К.	91,6	169,2	93,2	179,2	78,9	157,8
X		100,03	185,83	108,26	194,37	92,22	177,58
Σ		2,57	3,75	3,80	4,75	3,11	4,01

кількість правильних відповідей на запитання викладача при опитуванні скоріш за все можна пояснити випадковим відгадуванням. Повторне опитування після другого теоретичного заняття дало відчутно кращі результати: курсанти правильно відповіли на більшість запитань викладача, що підтвердило задовільне засвоєння ними основних положень теорії ефективного проходження поворотів «кільцевим» способом.

Результати другого (контрольного) тестування на тренажері з педагогічною установкою на проходження поворотів раціональним «кільцевим» способом (передом автомобіля), виявились статистично достовірно гіршими від результатів вступного тестування ($108,26 \pm 3,80$ проти $100,03 \pm 2,57$ с на трасі з асфальтовим покриттям, і $194,37 \pm 4,75$ проти $185,83 \pm 3,75$ с — на гравійній трасі). Це можна пояснити відсутністю у юних картингістів спеціальних навичок керування автомобілем новим для них способом, що підтверджує досвід фахівців [1, 4, 5], які займались навчанням спортсменів новим способом проходження поворотів.

Виконання курсантами протягом чотирьох практичних занять описаних вище спеціальних вправ «Школи гонщиків» на тренажері з нашими педагогічними установками дозволило їм засвоїти й частково довести до автоматизму такі навички, як підгальмовування лівою ногою, вхід у повороти передом автомобіля, плавне відпускання гальма під час входу автомобіля в дугу повороту, керування ним на межі зносу передніх і задніх коліс, плавний перехід після проходження «апексу» повороту до прискорення та ін., необхідні для швидкого «кільцевого» способу проходження поворотів на різних типах покриття. Тому середні результати підсумкового — третього тестування на тренажері — виявились набагато кращими (статистично достовірними для рівня значущості $p < 0,05$) від перших двох тестувань, що дає підстави стверджувати про ефективність розробленої нами програми навчання юних автогонщиків раціональному способу швидкісного проходження поворотів на етапі попередньої базової підготовки. Вища стабільність результатів, показаних спортсменами групи на асфальтовій трасі порівняно з гравійною, можна пояснити наявністю в більшості з них стійких навичок керування мікроавтомобілем «карт» на асфальто-бетонних трасах.

Висновки

1. Практичне застосування запропонованої методики та програми навчання юних спортсменів раціональному проходженню поворотів дозволило їм статистично достовірно покращити результати проходження на тренажері-симуляторі змагаль-

них трас з асфальтовим (на 7,8%) та з гравійним (на 4,4%) покриттям, що дозволяє рекомендувати цю методику для підготовки спортсменів-автогонщиків на етапі попередньої базової підготовки в ДЮСТШ, ЦНТТУМ, станціях юних техніків, картингових секціях, гуртках, клубах та ін.

2. Авторська методика закладення фундаменту сучасної раціональної техніки проходження поворотів на етапі попередньої базової підготовки дозволить обійтись без переучування новій техніці на етапах спеціалізованої базової підготовки, підготовки до вищих досягнень та максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

3. Так як юні картингісти в першу чергу не спортсмени-професіонали, а майбутні кваліфіковані водії автомобільного транспорту, формування в них раціональних навичок керування спортивним автомобілем на початкових етапах багаторічного спортивного удосконалення сприятиме підвищенню безпеки дорожнього руху в найближчому майбутньому

Перспективи подальших досліджень — удосконалення розробленої програми навчання за рахунок впровадження, як базового елементу навчання, полігонної картингової підготовки, що дозволить значно розширити склад і зміст спеціальних вправ, спрямованих на відпрацювання необхідних для раціонального проходження поворотів навичок. Доцільна також глибша деталізація організації, методичних вказівок, дозування, типових помилок та їх усунення, а також чіткого структурування підготовчих, основних, додаткових та контрольних вправ на основі більш масштабних багатоетапних педагогічних експериментів із залученням достатньої для одержання статистично достовірних даних кількості спортсменів.

Список літератури

1. Горбачев М.Г. Экстремальное вождение. Гоночные секреты. М.: Рипол Классик, Престиж Книга, 2007. — 304 с.
2. Горбачев М.Г. Самоучитель безопасного вождения. Современный стиль. — М.: Престиж Книга, Рипол Классик, 2007. — 288 с.
3. Горбачев М.Г. Секреты безопасного вождения. — М.: Эсмо, 2008. — 48 с.
4. Klaus Buhlmann. Perfekt Auto fahren — Tipps, Tricks und Techniken. — Stuttgart: Motorbuch Verlag Pietsch, 2003. — 190 s.
5. Горбачев М.Г. Экстремальный автотренинг. — М.: Рипол Классик, 2007. — 208 с.
6. Рибак Л. І. Багаторічне спортивне удосконалення спортсменів-автогонщиків до безпечної змагальної діяльності // Людмила Рибак, Олег Рибак // Спортивна наука України: електронне видання. — Л.,

2012. — Вип. 6(50). — С. 40 — 55. : Режим доступу: <http://archive.nbuv.gov.ua/e-journals/SNU/title.l>
7. Рибак О.Ю. Моделювання штучного керуючого середовища для тестування і навчання автогонщиків // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. — Л., 2007. — Вип. II. — Т. III. — С. 285—290.
 8. Рибак О.Ю. Моделювання у навчально-тренувальному процесі фахівців для галузі фізичної культури / Рибак О. Ю. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2009. — № 6. — С. 45 — 50. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/542/533>
 9. Рибак О. Ю. Теоретико-методичні засади підготовки фахівців для автомобільного спорту у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю / Рибак О. Ю. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — № 7. — С. 36 — 42. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/808/792>

Надійшла до редакції 15.10.2012 р.

Крайник Л.В., Ткачек В.В., Прийма С.Б., Шевчук А.М. Обучение юных спортсменов-автогонщиков эффективному прохождению поворотов на этапе предыдущей базовой подготовки.

Авторы подобрали средства и методику овладения современной эффективной техникой прохождения поворотов для юных спортсменов-картингистов на этапе предварительной базовой подготовки, что позволяет обойтись без переучивания новой технике на последующих этапах многолетнего спортивного совершенствования. Эффективность разработанной программы их подготовки подтверждена результатами тестирования: после окончания учебы спортсмены улучшили прохождение асфальтового и гравийного соревновательных участков на тренажере-стимуляторе в среднем на 7,81% и 4,43% соответственно.

Ключевые слова: автоспорт, техника, поворот, подготовка, методика, программа.

Krainik L.V., Tkahek V.V., Pryma S.B., Shevchuk A.M. Educating of young racing sportsmen-motorists to the effective passing of turns on the stage of previous base preparation.

Authors picked means and methods of mastering modern effective technique cornerin for young go-kart racers at the initial stage of basic training, which avoids retraining new equipment at the following stages of many athletic improvement. The effectiveness of the developed training program is confirmed with test results: After graduating athletes improved passage of tarmac and gravel competitive areas on the race simulator on average by 7,81% and 4,43% respectively

Keywords: motor racing, technology, turn, preparation, technique, methodology, program.

Нова книжка

Сергієнко Л.П.

- C32 Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко, Н.Г. Чекмарьова, В.А. Хаджинов. — Харків: «ОБС», 2012. — 270 с. ISBN 978-966-7858-59-6.

У навчальному посібнику зроблено загальне уявлення про психомоторні здібності людини. Наведено основні методи контролю розвитку психомоторних здібностей та нормативи оцінки результатів тестових вимірювань.

Для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання та спорту, психологічних факультетів. Може бути корисним для викладачів, фахівців із спортивної психології, науковим керівникам, магістрантам, аспірантам, тренерам, спортсменам.

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1/01-51-59 від 15 червня 2010 р.)



ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА

УДК 796.077.5

ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Шутєєв В.В.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. У дослідженні проаналізовані особливості сприйняття студентською молоддю, яка навчається у різних вишах, теоретичного компоненту фізкультурної освіти. Показано, що більшість тем, запропонованих студентам для оцінки, повинні входити до теоретичного компоненту фізкультурної освіти. Підтверджено, що студентів цікавлять у найбільшій мірі питання про вплив фізичних вправ на розумову працездатність (90,7%), про гармонійність розвитку статури (86%), про рівень фізичної підготовленості (79,1%), про стан здоров'я (79,1%). Доведено, що спортивно орієнтовані форм організації занять з предмету «фізичне виховання» хоча і цікавлять значну частину студентської молоді, але не являються для них пріоритетними.

Ключові слова: фізкультурна освіта, теоретичний компонент, фізичне виховання, здоров'я, мотивація, оптимізація, соціологічне дослідження.

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Останніми роками значна увага приділяється удосконаленню системи фізичного виховання студентської молоді. Це обумовлено, з одного боку, необхідністю формування фізкультурної компетентності у майбутніх фахівців різного професійного профілю [4, 7, 8], а з іншого, суспільним усвідомленням того, що існуючі підходи (форми, засоби, методики і т.п.), які використовуються у системі фізичного виховання студентської молоді, у повній мірі не забезпечують необхідного рівня їх соматичного здоров'я [1, 2, 11]. Проведений аналіз літератури свідчить про те, що на даний час найбільш широко вивчаються питання удосконалення системи фізичного виховання студентської молоді за рахунок впровадження спортивно орієнтованих форм організації занять [3, 6, 9, 12]. Незважаючи на широкий спектр досліджень означеної проблеми залишається усе ще недостатньо вивченим питання щодо формування мотивації студентської молоді до занять фізичними вправами та до ведення здорового способу життя [5, 10], а також шляхи оптимізації фізичної активності студентської молоді на основі урахування їх фізкультурно-спортивних інтересів та специфічних умов їх навчання у вишах.

Мета дослідження полягає у визначенні шляхів оптимізації фізичної активності студентів різних вишів за рахунок з'ясування змісту та значимості теоретичного компоненту фізкультурної освіти студентської молоді.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано в рамках реалізації комплексного наукового проекту «Теоретико-методологічні засади формування особистісної фізичної культури у дітей і молоді як основи їх здоров'я» (номер Державної реєстрації 0113U001).

Методи дослідження. У соціологічному дослідженні приймали участь студенти Харківської державної академії фізичної культури (ХДАФК) (n=236), Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (1 - факультет фізичного виховання n=196, 2 — факультет дошкільної та корекційної освіти n=138) та Федерального державного бюджетного освітнього закладу вищої професійної освіти «Курський державний університет» (факультет економіки і менеджмента n=178). При цьому використовувалась анкета змішаного типу, в основу якої були покладені матеріали, оприлюднені Л.Лубишевою у навчальному посібнику «Соціологія фізичної культури і спорту» (2001).

Виклад основного матеріалу. Узагальнені результати дослідження представлені у таблицях 1-2. Вони дозволяють виділити та оцінити ряд змістовних складових теоретичного компоненту фізкультурної освіти через сприйняття їх студентською молоддю. Результати дослідження свідчать про те, що у своєрідному рейтингу запропонованих студентам для оцінки складових цього компоненту фізкультурної освіти найважливішим для більшості з них є питання щодо раціонального харчування (табл. 1). У цілому по усій вибірці це питання поставили на перше місце близько 90,3% студентів

Напрями оптимізації фізичної активності студентів різних вишів

Вищий навчальний заклад		КДУ	ХДАФК	ГПА (1)	ГПА (2)	Середнє по усій вибірці (%)
Запитання та варіанти відповідей		Узагальнені результати відповідей виражені у %				
Які питання з теоретичного компоненту фізкультурної освіти Вас цікавлять?						
Як раціонально харчуватися	Так	90,0	79,0	97,0	95,0	90,3 (1)
	Ні	2,5	17,0	3,0	5,0	6,9
	Не визначився	7,5	4,0	0,0	0,0	2,9
Як контролювати масу (вагу) тіла	Так	85,0	62,5	86,0	77,0	77,6 (2)
	Ні	7,5	27,0	14,0	9,0	14,4
	Не визначився	7,5	10,5	0,0	14,0	8,0
Методики застосування тренажерів	Так	67,5	65,0	85,0	55,0	68,1 (3)
	Ні	25,0	25,0	9,0	36,0	23,8
	Не визначився	7,5	10,0	6,0	9,0	8,1
Методики самостійних занять фізичними вправами (біг, ходьба)	Так	55,0	54,2	91,0	55,0	63,8 (4)
	Ні	37,5	33,3	6,0	36,0	28,2
	Не визначився	7,5	12,5	3,0	9,0	8,0
Методики самоконтролю в період навчальних занять	Так	37,5	54,0	64,0	55,0	52,6 (5)
	Ні	40,0	29,0	18,0	22,5	27,4
	Не визначився	22,5	17,0	18,0	22,5	20,0
Методики психотренування	Так	47,5	52,0	70,0	41,0	52,6 (6)
	Ні	45,0	27,0	18,0	27,0	29,2
	Не визначився	7,5	21,0	12,0	32,0	18,1
Питання сімейного фізичного виховання	Так	40,0	46,0	61,0	45,0	48,0 (7)
	Ні	42,5	42,0	30,0	10,0	21,1
	Не визначився	17,5	12,0	9,0	45,0	20,9
Методики використання музично-ритмічних вправ	Так	60,0	19,0	73,0	32,0	46,0 (8)
	Ні	35,0	66,0	9,0	50,0	40,0
	Не визначився	5,0	15,0	18,0	18,0	14,0
Організація рухового режиму в період іспитів	Так	42,5	39,0	64,0	46,0	40,4 (9)
	Ні	42,5	44,0	18,0	36,0	24,1
	Не визначився	15,0	17,0	18,0	18,0	14,5
Методики загартовування	Так	12,5	33,0	61,0	55,0	40,4 (10)
	Ні	77,5	50,0	21,0	36,0	46,1
	Не визначився	10,0	17,0	18,0	9,0	13,5

різних вишів. Велику зацікавленість в середовищі студентської молоді визивають також питання пов'язані з контролем маси тіла (77,6%). Як і попередній показник вони цікавлять усіх студентів незалежно від напрямку підготовки. Так, інтерес до цієї теми проявили 85,0% студентів КДУ, 62,5% студентів ХДАФК, 86,0% студентів факультету фізичного виховання ХГПА та 77,0% студентів факультету дошкільної та корекційної освіти ХГПА. Наступне по значимості питання яке визиває інтерес у студентів різних вишів, пов'язане з методиками

використання тренажерів на заняттях з фізичного виховання (68,1%). Слід відмітити, що методики самостійних занять фізичними вправами (ходьбою і бігом) у найбільшій мірі цікавить студентів факультету фізичного виховання ХГПА (91,0%), тоді як для студентів інших напрямів підготовки значимість цього фактору приблизно однакова. Цю тематику підтримали близько 54,2%-55,0%. Близько половини студентів (52,6%) цікавляться питаннями щодо проведення самоконтролю під час занять. У той же час це питання актуальне лише для 37,5%

Фактори які мотивують студентів різних вишів до фізкультурно-спортивної діяльності

№ з/п	Вищий навчальний заклад	КДУ	ХДАФК	ГПА (1)	ГПА (2)	С е р е д н ь е значення по усій вибірці (%)	
	Запитання та варіанти відповідей	Узагальнені результати відповідей виражені у %					
	Яку інформацію про свій фізичний стан Ви хотіли б отримати від фахівців і чи отримуете Ви її в даний час?						
1	Про вплив фізичних вправ на розумову працездатність	Цікавить і отримую	40,0	35,0	70,0	36,0	45,3 (1)
		Цікавить, але не отримую	55,0	50,0	18,0	59,0	45,5
		Інформація не цікавить	5,0	15,0	12,0	5,0	9,3
	Про гармонійність розвитку статури	Цікавить і отримую	30,0	42,0	70,0	36,0	44,5 (2)
		Цікавить, але не отримую	60,0	42,0	18,0	46,0	41,5
		Інформація не цікавить	10,0	16,0	12,0	18,0	14,0
	Про рівень фізичної підготовленості	Цікавить і отримую	30,0	56,0	70,0	5,0	40,3 (3)
		Цікавить, але не отримую	35,0	37,0	24,0	59,0	38,8
		Інформація не цікавить	35,0	7,0	6,0	36,0	21,0
	Про стан здоров'я	Цікавить і отримую	47,5	67,0	75,0	36,0	37,8 (4)
		Цікавить, але не отримую	50,0	33,0	27,0	55,0	41,3
		Інформація не цікавить	2,5	0,0	0,0	9,0	2,9
	Яку з форм організації занять з фізичного виховання Ви вибрали б, будь для цього всі необхідні умови?						
2	а	Спортивно орієнтовані форм організації занять	17,5	42,0	43,0	18,0	30,1
	б	Активний відпочинок (прогулянки, ігри і т.п.)	25,0	17,0	12,0	45,0	24,7
	в	Організація занять по фізкультурним інтересам	27,5	12,0	21,0	14,0	18,6
	г	Самостійні заняття	25,0	12,0	21,0	14,0	18,0
	д	Масові спортивні та фізкультурно-оздоровчі заходи	5,0	17,0	3,0	9,0	8,5

студентів КДУ. Методики психотренувань, хоча і посідають у загальному рейтингу шосту позицію, але їх значення оцінюються студентами по різному. Про важливість вивчення цієї теми заявили 70,0% студентів факультету фізичного виховання ХГПА у той час як ця проблематика цікава лише для 41,0% студентів факультету дошкільної та корекційної освіти цього ж вишу. Приблизно однаково розподілилась думки студентів щодо оцінки питання організації сімейного фізичного виховання (40,0% - 46,0%). Виділяються лише майбутні вчителі фізичної культури, 61,0% із них віддали перевагу цій тематиці. Теми пов'язані з використання музично-ритмічних вправ у процесі занять у найбільшій

мірі цікавлять студентів КДУ та майбутніх вчителів фізичної культури, відповідно, 60,0% та 73,0%. Близько 40,4% студентів з усієї вибірки цікавляться питаннями організації рухового режиму в період іспитів. Найбільше таких серед студентів факультету фізичного виховання ХГПА (64,0%). Методика загартування у більшій мірі визиває інтерес у майбутніх вчителів фізичного виховання (61,0%) та вчителів дошкільної та корекційної освіти (55,0%).

Для правильної організації системи фізичного виховання студентської молоді важливо знати, яку інформацію про свій фізичний стан вони хотіли б отримати від фахівців фізичного виховання, які працюють у вишах. Відповіді на ці питання пред-

ставлені в таблиці 2. Вони свідчать про те, що 45,3% студентів у найбільшій мірі цікавляться питаннями про вплив фізичних вправ на розумову працездатність і вони її отримують у процесі навчання у виші. Найбільше таких студентів у ХГПА (70,0%). Разом з тим необхідно відмітити, що ця інформація цікавить, але у процесі навчання у виші її не отримують 55,0% студентів КДУ, 50,0% студентів ХДАФК та 59,0% студентів факультету дошкільної та корекційної освіти. Велику зацікавленість проявляють студенти щодо інформації про гармонійність у розвитку статури. У найбільшій мірі її отримують студенти факультету фізичного виховання ХГПА (70,0%). Тоді як 60,0% студентів КДУ відмітили, що у процесі занять «фізичним вихованням» щодо цієї теми їх не інформують. Серед студентів ХДАФК таких 42,0%, а серед майбутніх вчителів дошкільної та корекційної освіти таких 46,0%. Інформація про рівень фізичної підготовленості найбільш цікава для студентів фізкультурних спеціальностей, що цілком закономірно. Однак звертає на себе увагу той факт, 59,0% студентів факультету дошкільної та корекційної освіти цікавляться цією проблематикою, однак необхідної інформації не отримують. Найбільш яскраві відмінності пов'язані зі спеціальністю за якою навчаються студенти, це проблема здоров'я. Інформацію щодо власного здоров'я цікавляться та отримують 67,0% студентів ХДАФК та 75,0% факультету фізичного виховання ХГПА. Звертає увагу що близько 50% студентів нефізкультурних спеціальностей цією інформацією цікавляться, але вони її не отримують на заняттях з предмету «фізичне виховання».

Форми організації занять у процесі фізичного виховання студентів відіграють важливу роль у підвищенні їх інтересу до фізкультурно-спортивної діяльності (табл. 2, питання 2). Секційні заняття з цікавого для студентів виду спорту найбільше привертають студентів фізкультурних спеціальностей, у той час як активний відпочинок (прогулянки, ігри і т.п.) у більшій мірі цікаві для 45,0% майбутніх вчителів дошкільної освіти. Клубні форми роботи по фізкультурним інтересам та самостійні заняття у найбільшій мірі цікавлять студентів КДУ, відповідно, 27,5% та 25,0%. Масові ж спортивні та фізкультурно-оздоровчі заходи практично не знаходять підтримки в студентському середовищі.

Висновки

1. Результати дослідження свідчать про те, що більшість тем, запропонованих студентам для оцінки, повинні входити до теоретичного компоненту фізкультурної освіти. Так, 90,3% студентів цікавляться проблемою раціонального харчуван-

ня, 77,6% - як контролювати масу (вагу) тіла, 68,1% методиками застосування тренажерів, 63,8% методиками самостійних занять фізичними вправами. У той час, як теми щодо сімейного фізичного виховання, методики використання музично-ритмічних вправ та організація рухового режиму в період іспитів великого інтересу у студентів не викликали. Слід також відмітити, що 46,1% студентів не цікавляться темами, пов'язаними з методиками загартування.

2. Проведені дослідження показали, що студентів у найбільшій мірі цікавлять питання про вплив фізичних вправ на розумову працездатність (90,7%), про гармонійність розвитку статури (86%), про рівень фізичної підготовленості (79,1%), про стан здоров'я (79,1%). Необхідність розширення та поглиблення цих тем у теоретичному компоненті фізкультурної освіти студентів різних вишів обумовлено тим, що на практиці, як показали дослідження, вони не отримують належної інформації по цих темах, що відмітили, відповідно, 45,5%, 41,5%, 38,8%, 41,3% студентів різних вишів.

3. Дослідження показали, що спортивно орієнтовані форми організації занять з предмету «фізичне виховання» хоча і цікавлять значну частину студентської молоді, але вони не являються для них пріоритетними. Ці результати у певній мірі протиріччють загальноприйнятій точці зору щодо практичних форм організації фізичного виховання студентів.

Перспективи подальших розвідок полягають у з'ясуванні ступеня засвоєння студентами різних вишів теоретичного та практичного компоненту фізкультурної освіти.

Список літератури

1. Баламутова Н.М. Мониторинг состояния здоровья студентов Харьковских высших учебных заведений / Н.М.Баламутова, О.Э.Коломийцева // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук. теор. журнал. Харків : ХДАФК, 2013. - № 1. — С. 56-59.
2. Власов Г.В. Формування здорового способу життя студентів вищих медичних навчальних закладів / Г.В.Власов /. — Донецьк, 2013. — 155 с.
3. Дзюба И.П. Содержание и структура учебно-тренировочного процесса студентов специализации футбол на основе соревновательной деятельности / И.П.Дзюба, В.Г. Шилько // Теория и практика физической культуры. 2013. - № 4. — С. 15-19.
4. Загревская А.И. Компетентность будущего специалиста как результат физкультурного образования студентов. / А.И. Загревская // Теория и практика физической культуры. 2012. — № 11. — С. 51-54.
5. Круцевич Т. Отношение юношей и девушек к занятиям по физическому воспитанию в вузе /

- Т.Круцевич, Е.Биличенко // Спортивний вісник Придніпров'я. 2012. — № 1. — С. 114-119.
6. Мартынюк Н.С. Оздоровительный эффект закаливания / Н.С.Мартынюк, В.С.Мартынюк // Теория и практика физической культуры. 2012. — № 11. — С. 63-66.
 7. Наказ Міністерства освіти і науки України від 14.11.2003 р. №57 „Про затвердження навчальних програм з фізичного виховання для вищих навчальних закладів освіти I—II та III—IV рівнів акредитації».
 8. Наказ Міністерства освіти і науки України від 11.01.2006 р. № 4 „Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах».
 9. Потовская Е.С. Воспитание силовых способностей и выносливости у студенток / Е.С. Потовская, В.Г. Шилько // Теория и практика физической культуры. 2013. — № 4. — С. 20-23.
 10. Сутула В.О. Фактори, які визначають ставлення студентів до здорового способу життя / В.О. Сутула // Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Збірник наукових праць / гол. редактор Г.П.Шевченко. — Вип. № 2 (43). — Луганськ: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2011. — С. 166–171.)
 11. Христовая Т.Е. Современное состояние здоровья студентов и пути его совершенствования / Т.Е. Христовая // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.теор. журнал. Харків : ХДАФК, 2013. — № 1. — С. 74-78.
 12. Цись Д.І. Спортивна спрямованість занять з фізичного виховання — один із чинників підвищення фізичної підготовленості студентської молоді / Д.І.Цись // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.теор. журнал. Харків : ХДАФК, 2013. — № 1. — С. 5-7.

Надійшла до редакції 10.11.2012 р.

Шутеев В.В. Пути оптимизации процесса физического воспитания студентов высших учебных заведений.

В исследовании проанализированы особенности восприятия студенческой молодежью, которая учится в разных вузах, теоретического компонента физкультурного образования. Показано, что большинство тем, предложенных студентам для оценки, должны входить в теоретического компонента физкультурного образования. Подтверждено, что студентов в большей степени интересуют вопросы о влиянии физических упражнений на умственную работоспособность (90,7%), о гармоничности развития телосложения (86%), об уровне физической подготовленности (79,1%), о состоянии здоровья (79,1%). Доказано, что спортивно ориентированные формы организации занятий по предмету «физическое воспитание» хотя и интересуют значительную часть студенческой молодежи, но не являются для них приоритетными.

Ключевые слова: физкультурное образование, теоретический компонент, физическое воспитание, здоровье, мотивация, оптимизация, социологическое исследование.

Shuteev V.V. Ways to optimize the process of physical education students in higher education.

The study analyzed the peculiarities of perception of young students, who is studying in different universities of the theoretical component of physical education. It is shown that most of the topics proposed by students for assessment, should be included in the theoretical component of physical education. Confirmed that the students are more interested in questions about the impact of exercise on mental performance (90.7%), the harmonious development of body (86%), the level of physical fitness (79.1%), health status (79, 1 %). It is proved that sports-oriented forms of organization of training on the subject of “physical education” even though much of interested students, but they are not a priority for them.

Keywords: physical education, a theoretical component, physical education, health, motivation, optimization, case study.

УДК 37.036+37.037

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ГЕОГРАФІЇ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВНЗ

Середа І. О.

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

Анотація. У статті аналізуються результати анкетування майбутніх вчителів географії з метою виявлення реалізації творчого виховання у ВНЗ, а також перевірки: знань щодо важливості творчого формування особистості, стану усвідомлення студентами значення творчих здібностей у всебічному формуванні людини, умінь розпізнавати завдання, що спрямовані на прояв творчості, визначення компонентів творчих здібностей, які потрібно розвивати на заняттях з фізичного виховання у ВНЗ, причин ігнорування вдосконалення власних творчих здібностей в процесі фізичного виховання, а також основних чинників, від яких залежить результативність розвитку творчості.

Ключові слова: творчі здібності, творчість, знання, вчитель географії, анкетування.

Актуальність дослідження. Гуманістичний принцип є одним з основних теоретичних положень освіти. Ефективним способом його реалізації, на думку В. Сухомлинського, Л. Занкової, О. Савченко, Ш. Амонашвілі та інших педагогів є орієнтація навчально-виховного процесу на розвиток творчих здібностей людини [10]. До того ж, система освіти України загалом зорієнтована на формування творчої особистості [5].

Однією з педагогічних умов розвитку творчих здібностей є важлива роль особистості вчителя, викладача, наставника, його готовності до реалізації цього важливого виховного завдання [3; 6; 8; 12;].

Тому, на сьогоднішній день повинна посилюватися роль ВНЗ у формуванні творчої особистості студентів на заняттях, зокрема фізичним вихованням, оскільки саме засоби фізичної культури сприяють розкриттю потенційних творчих можливостей людини [1; 4; 9; 7; 14].

Аналіз актуальних досліджень. Питанню творчих здібностей особистості присвячена значна кількість робіт з психології, педагогіки та філософії, досліджень у галузі фізичної культури, де зазначається важливість розвитку творчої особистості майбутнього вчителя, що є важливою педагогічною умовою розвитку творчості його майбутніх учнів. На сьогоднішній день відомі публікації, що присвячені, розвитку творчої особистості учнів на уроках географії, де акцентується увага на ролі вчителя у цьому процесі [2; 11; 13].

Та в літературних джерелах відсутні дослідження, що стосуються впливу засобів фізичного виховання на розвиток творчих здібностей студентів географічних факультетів, оскільки у ВНЗ заро-

джуються професійні уміння і навички, які надалі втілюються у практичній викладацькій діяльності.

Враховуючи викладене ми поставили собі за мету виявити стан проблеми розвитку творчих здібностей майбутніх вчителів географії на прикладі студентів Тернопільського національного педагогічного університету, що сприятиме правильній організації навчального процесу для посиленого впливу засобів фізичного виховання на розв'язання даної проблеми, а також стане підґрунтям для розробки методики розвитку творчих здібностей студентів географічного факультету в процесі фізичного виховання у ВНЗ.

Відповідно до мети визначено **завдання** статті:

Проаналізувати результати анкетування студентів географічного факультету Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка.

Виявити стан піднятої проблеми та причини ігнорування творчого розвитку особистості в процесі фізичного виховання студентів-географів.

Для вирішення поставлених завдань було використано такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел та анкетування.

Результати дослідження. З метою виявлення стану реалізації творчого виховання майбутніх вчителів географії у Тернопільському національному педагогічному університеті ім. В. Гнатюка, а також перевірки знань студентів щодо важливості творчого формування особистості, стану їх усвідомлення значення творчих здібностей у всебічному формуванні людини, умінь розпізнавати завдання, що спрямовані на прояв творчості, визначення



СЕМІНАРСЬКІ ЗАНЯТТЯ Й ОБЛІК УСПІШНОСТІ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ДИТЯЧОГО І ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ»

Худолій О.М., Іващенко О.В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Анотація. В статті розглядається концепція реалізації програми дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту». Зміст семінарських занять упорядкований на основі сучасних уявлень про систему підготовки юних спортсменів. Наведені методики обліку успішності в процесі вивчення дисципліни.

Ключові слова: дитячий спорт, юнацький спорт, система підготовки, семінарські заняття, облік успішності.

Постановка проблеми. У відповідності до основ організації навчального процесу щодо Болонської системи освіти актуальним є удосконалення змісту семінарських занять й обліку успішності в процесі викладання спеціальних дисциплін у вищих фізкультурних навчальних закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останній час накопичений значний науково-методичний матеріал з теорії і методики тренування юних спортсменів, який вимагає дидактичного опрацювання і є методологічною основою для формування змісту й розробки методик обліку успішності в процесі вивчення дисципліни «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту».

Методологічною основою для обґрунтування системи підготовки юних спортсменів і аналізу тенденцій розвитку є теорія і методика юнацького спорту. Вагомий внесок в розробку теорії і методики юнацького спорту внесли наукові праці Л.П. Матвеева, А.А. Маркосяна, В.С. Фарфеля, В.П. Філіна, В.П. Філіна, М.А. Фоміна, М.Я. Набатнікової, З.І. Кузнецової, А.М. Шлеміна, А.А. Гужаловського, В.К. Бальсевича, В.М. Платонова, К.П. Сахновського, Л.В. Волкова й інших фахівців [21, 22, 20, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 54, 27, 286, 17, 58, 8, 9, 10, 21, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 4, 5, 6, 7]. В їх роботах показана роль спорту у фізичному вихованні підростаючого покоління, науково обґрунтовані засоби, методи і

організаційні форми спортивної підготовки дітей і підлітків.

Отже, розробка концепції викладання дисципліни «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту» щодо сучасного стану наукового знання є актуальною.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана згідно плану НДР Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди за темою «Теоретико-методичні основи моделювання процесу підготовки вчителя фізичної культури» на 2012—2016 рр. (номер державної реєстрації 0112U002011) .

Мета дослідження — визначити концептуальні основи змісту дисципліни «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту» щодо сучасного стану наукового знання.

Методологія дослідження. Використана загальнонаукова методологія системного підходу. Суть якого в тому, що в науково-теоретичному дослідженні відносно самостійні компоненти розглядалися не ізольовано, а у взаємозв'язку, в системі з іншими. Системний підхід дозволив вивчити інтегративні, системні ознаки і якісні характеристики, які були відсутні в окремих елементах, що формували систему.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були використані в процесі аналізу літератури як філософські, так і загальнонаукові методи дослідження, серед яких:

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Теорія і методика дитячо-юнацького спорту як наукова і навчальна дисципліна	2
2	Проблема побудови процесу підготовки юних спортсменів	2
3	Мета, елементи системи підготовки юних спортсменів	2
4	Управління системою підготовки юних спортсменів	2
5	Етапи, мета і завдання підготовки юних спортсменів	2
6	Засоби і методи підготовки юних спортсменів	2
7	Особливості методики розвитку рухових здібностей у юних спортсменів	4
8	Особливості методики навчання юних спортсменів	4
9	Структура тренувального процесу юних спортсменів	4
10	Система тренувальних навантажень юних спортсменів	2
11	Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів	4
12	Система змагань юних спортсменів	2
13	Мета і завдання виховної роботи з юними спортсменами	2
14	Планування і облік ефективності виховної роботи в спортивній школі	2

- діалектичний метод (принцип історизму, принцип системності, принцип діалектичного протиріччя, принцип єдності якості і кількості, принцип діалектичного заперечення, принцип розвитку, принцип причинності);
- системний підхід;
- узагальнення, аналіз, синтез.

Застосування методологічного принципу історизму дозволило відібрати позитивний педагогічний досвід рішення проблем викладання курсу «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту», а системний підхід — виявити інтегративні, системні ознаки навчального матеріалу і сформулювати концепцію викладання курсу.

Основні результати дослідження. Концепція дисципліни «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту» полягає у системному викладі матеріалу, який дозволить сформулювати у студентів знання про систему підготовки юних спортсменів, а також уміння і навички необхідні для роботи на початковому етапі підготовки юних спортсменів.

Дисципліна «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту» відноситься до нормативної частини навчального плану підготовки вчителя фізичної культури за освітньо-кваліфікаційним рівнем бакалавр (галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини; напрям підготовки 6.01020 Фізичне виховання; професійне спрямування: фізичне виховання).

Мета навчального курсу ТМДЮС — набуття необхідних знань і умінь для самостійної роботи у спортивній школі.

Для набуття необхідних знань та формування спеціальних умінь для самостійної роботи у спортивній школі програмою передбачена система семінарських занять (табл. 1).

Теми семінарських занять

Семінарське заняття 1

Теорія і методика дитячо-юнацького спорту як наукова і навчальна дисципліна (2 години)

Основні питання:

1. Об'єкт і предмет викладання. Основний зміст і структура навчального предмета.
2. Педагогічні дослідження процесу підготовки юних спортсменів.
3. Характеристика основних напрямків дослідження (система дитячо-юнацького, резервного та спорту вищих досягнень у загальній системі спорту, відбір, орієнтація, управління,

контроль, моделювання та прогнозування в системі підготовки юних спортсменів).

Список літератури

1. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
4. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
5. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.

6. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
7. *Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / Быков В.А., Губа В.П., Дорохов Р.Н., Солонкин А.А.* — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 155 с.
8. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
9. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
- Р.Н., Солонкин А.А. — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 155 с.
8. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
9. *Филин В.П.* Крупный вклад в возрастную теорию и методику физической культуры / Филин В.П. // Теория и практика физ. культуры. — 2001. — N 11. — С. 48—49. Режим доступа: [НТТР://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2001N11/p48-49.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2001N11/p48-49.htm).
10. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

Семінарське заняття 2

Проблема побудови процесу підготовки юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Розвиток вітчизняної теорії і методики дитячого і юнацького спорту.
2. Етапи формування теорії і методики дитячого юнацького спорту.
3. Сучасний стан розвитку теорії і методики дитячого і юнацького спорту.
4. Організаційні і програмно-нормативні основи дитячого і юнацького спорту.

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
4. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
5. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
6. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
7. *Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / Быков В.А., Губа В.П., Дорохов*

Семінарське заняття 3

Мета, елементи системи підготовки юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Основні поняття: система, елемент і зв'язок.
2. Елементи системи підготовки юних спортсменів.
3. Зв'язки елементів системи підготовки юних спортсменів (структурні, функціонування, розвитку і управління).

Список літератури

1. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
2. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
3. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
4. *Набатникова М.Я.* О критериях оптимальности в подготовке юных спортсменов / Набатникова М.Я. // Особенности построения тренировки юных спортсменов. — М.: 1983. — С. 17—27.
5. *Набатникова М.Я.* Нормативные показатели физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Методические рекомендации / Набатникова М.Я. — М.: ВНИИФК, 1985. — 72 с.
6. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
7. *Прогнозирование двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / Быков В.А., Губа В.П., Дорохов Р.Н., Солонкин А.А.* — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 155 с.

8. Худолей О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
9. Худолей О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
10. Худолей О.Н. Система подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. — Харків, 2004. — № 23. — С. 78—92.
11. Худолей О.Н. Проблема построения процесса подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. трудов / За ред. С.С. Єрмакова. — Харьков, 2004. — № 6. — С. 72—80.
12. Худолій О.М. Обґрунтування модельних характеристик рухової підготовленості юних гімнастів 7—13 років / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2005. — № 1. — С. 18—37.
5. Худолей О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
6. Худолей О.Н. Система подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. — Харків, 2004. — № 23. — С. 78—92.
7. Худолей О.Н. Проблема построения процесса подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. трудов / За ред. С.С. Єрмакова. — Харьков, 2004. — № 6. — С. 72—80.

Семінарське заняття 5

Етапи, мета і завдання підготовки юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Особливості побудови підготовки на окремих етапах багаторічного вдосконалення.
2. Моделювання в обґрунтуванні етапності в підготовці юних спортсменів.
3. Мета і завдання підготовки на початковому етапі.
4. Мета і завдання на етапі попередньої базової підготовки.
5. Мета і завдання на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Список літератури

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
5. Худолей О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
6. Худолей О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
7. Худолей О.Н. Система подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. — Харків, 2004. — № 23. — С. 78—92.

Семінарське заняття 4

Управління системою підготовки юних спортсменів. (2 години)

Основні питання:

1. Управління як цілеспрямований процес керівництва системою підготовки юних спортсменів, що забезпечує виконання поставлених завдань і досягнення необхідного ефекту.
2. Організаційна структура управління підготовкою юних спортсменів.
3. Прийняття рішення в процесі підготовки юних спортсменів.
4. Система підготовки юних спортсменів як складова багаторічної підготовки спортсменів високої кваліфікації.

Список літератури

1. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
2. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
4. Худолей О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

8. *Худолей О.Н.* Проблема построения процесса подготовки юных гимнастов / *Худолей О.Н.* // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. трудов / За ред. С.С. Ермакова. — Харьков, 2004. — № 6. — С. 72—80.

Семінарське заняття 6

Засоби і методи підготовки юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Основні, підготовчі і підвідні вправи.
2. Засоби фізичної, технічної, спеціально-рухової, морально-вольової підготовки.
3. Навантаження і відпочинок.
4. Метод сурово-регламентованої вправи, ігровий і змагальний методи.
5. Форми занять.
6. Методи педагогічного контролю.

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / *Волков Л.В.* — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / *Губа В.П.* — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
3. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / *Никитушкин В.Г.* — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
5. *Платонов В.Н.* Подготовка юного спортсмена / *Платонов В.Н., Сахновский К.П.* — К.: Радянська школа, 1988. — 288 с.
6. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / *Платонов В.Н.* — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
7. *Прогнозирование* двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / *Быков В.А., Губа В.П., Дорохов Р.Н., Солонкин А.А.* — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 155 с.
8. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / *Филин В.П.* — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
9. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / *Худолей О.Н.* — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
10. *Худолей О.Н.* Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / *Худолей О.Н., Шлемин А.М.* — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.

Семінарське заняття 7

Особенности методики развития руховых способностей у юных спортсменов (2 години)

Основні питання:

1. Вікові біологічні, психолого-педагогічні закономірності розвитку рухових здібностей у юних спортсменів.
2. Принципи розвитку рухових здібностей (принцип безперервності, принцип системного чергування навантаження і відпочинку, принцип поступового збільшення тренувальних впливів, принцип циклічної будови системи занять, принцип вікової адекватності процесу фізичного виховання).
3. Особливості розвитку прудкості у юних спортсменів. Методика розвитку прудкості у юних спортсменів (засоби, методи, навантаження і відпочинок, форми занять, педагогічний контроль).

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Обучение и воспитание юного спортсмена / *Волков Л.В.* — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / *Волков Л.В.* — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / *Губа В.П.* — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
4. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / *Никитушкин В.Г.* — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
5. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
6. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / *Платонов В.Н.* — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
7. *Прогнозирование* двигательных способностей и основа ранней ориентации в спорте: учебно-методическое пособие / *Быков В.А., Губа В.П., Дорохов Р.Н., Солонкин А.А.* — М.: Олимпия Пресс, 2007. — 155 с.
8. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / *Филин В.П.* — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
9. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / *Худолей О.Н.* — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
10. *Худолей О.М.* Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини.

Доповідь I / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2010. — № 4. — С. 19—34. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/617/605>

11. Худолій О.М. Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини. Доповідь II / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2010. — № 5. — С. 19—34. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/624/612>

6. Худолій О.М. Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення I / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 1. — С. 19—34. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/683/669>
7. Худолій О.М. Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення II / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 2. — С. 19—34. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/690/676>

Семинарське заняття 8

Особливості методики розвитку рухових здібностей у юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Особливості розвитку координаційних здібностей у юних спортсменів. Методика розвитку координаційних здібностей у юних спортсменів (засоби, методи, навантаження і відпочинок, форми занять, педагогічний контроль).
2. Особливості розвитку силових здібностей у юних спортсменів. Методика розвитку силових здібностей у юних спортсменів (засоби, методи, навантаження і відпочинок, форми занять, педагогічний контроль).
3. Особливості розвитку витривалості у юних спортсменів. Методика розвитку витривалості у юних спортсменів (засоби, методи, навантаження і відпочинок, форми занять, педагогічний контроль).
4. Особливості розвитку гнучкості у юних спортсменів. Методика розвитку гнучкості у юних спортсменів (засоби, методи, навантаження і відпочинок, форми занять, педагогічний контроль).

Список літератури

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. Платонов В.Н. Подготовка юного спортсмена / Платонов В.Н., Сахновский К.П. — К.: Радянська школа, 1988. — 288 с.
5. Худолій О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолій О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

Семинарське заняття 9

Особливості методики навчання юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Закономірності, правила і принципи навчання.
2. Засоби і методи навчання в процесі спортивної підготовки.

Список літератури

1. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
4. Худолій О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолій О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
5. Худолій О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолій О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КПИ, ХППИ, 1988. — 122 с.
6. Худолій О.М. Закономірності процесу навчання юних гімнастів / Худолій О.М., Єрмаков С.С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 5. — С. 3—18, 35—41. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/707/692>

Семинарське заняття 10

Особливості методики навчання юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Диференційований підхід в навчанні юних спортсменів.

2. **Форми занять, режими чергування фізичних вправ і відпочинку в процесі навчання рухам.**

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
4. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
5. *Худолей О.Н.* Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
6. *Худолій О.М.* Закономірності процесу навчання юних гімнастів / Худолій О.М., Єрмаков С.С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 5. — С. 3—18, 35—41. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/707/692>

Семінарське заняття 11

Структура тренувального процесу юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Структура і спрямованість тренувальних занять.
2. Структура мікроциклів.
3. Співвідношення засобів фізичної і технічної підготовки в мікроциклах тренувального процесу юних спортсменів.
4. Основні завдання мезоциклів тренувального процесу юних спортсменів. Структура мезоциклів.
5. Типи мезоциклів: базовий загально-підготовчого і спеціально-підготовчого етапів підготовчого періоду і попередньо-змагального змагального періоду.

Список літератури

1. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
2. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов фи-

- зической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
3. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
4. *Худолей О.Н.* Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.

Семінарське заняття 12

Структура тренувального процесу юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Основні завдання річних циклів підготовки юних спортсменів.
2. Процеси термінового і довгострокового етапів адаптації як основа побудови річних циклів підготовки юних спортсменів.
3. Структура річного циклу підготовки.
4. Підготовчий період (загально-підготовчий і спеціально-підготовчий етапи).
5. Змагальний період (попередньо-змагальний і власне змагальний етапи)
6. Основні завдання перехідного періоду. Структура перехідного періоду. Активний відпочинок і реабілітація.

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. *Губа В.П.* Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
3. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
5. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
6. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
7. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
8. *Худолей О.Н.* Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.

Семинарське заняття 13

Система тренувальних навантажень юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Нормативні основи тренувальних навантажень у юних спортсменів.
2. Структура і спрямованість тренувальних навантажень в заняттях юних спортсменів.
3. Терміновий і кумулятивний тренувальний ефект різних режимів тренувальних занять.
4. Динаміка тренувальних навантажень в річному циклі підготовки юних спортсменів.

Список літератури

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
3. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
4. Худолей О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
5. Худолій О.М. Моделювання нормативних показників тренувальних навантажень у юних гімнастів / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2008. — № 8. — С. 40—46. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/450/443>
6. Худолій О.М. Навантаження у спортивному тренуванні юних гімнастів / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2001. — № 3. — С. 13—19. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/22/25>

Семинарське заняття 14

Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Теоретичні основи програмування навчально-тренувального процесу.
2. Теоретико-методичні та експериментальні основи оптимального програмування навчально-тренувального процесу юних спортсменів.

Список літератури

1. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / Губа В.П. — М.: Советский спорт, 2008. — 304 с.
4. О. В. Иващенко, Нормативні показники тренувальних навантажень на початковому етапі підготовки юних гімнасток 6—8 років/ О. В. Иващенко, Т. В. Карпунець // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2001. — № 3. — С. 19—24. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/23/26>
5. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
6. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
8. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
9. Худолей О.Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

Семинарське заняття 15

Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Принципові установки до програмування навчально-тренувального процесу юних спортсменів.
2. Програмування «базового» мезоциклу спеціально-підготовчого етапу підготовки юних спортсменів.
3. Програмування попередньої змагальної підготовки юних спортсменів

Список літератури

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
2. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.

3. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
4. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
5. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
6. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

Семінарське заняття 16

Система змагань юних спортсменів (2 години)

Основні питання:

1. Мета і завдання спортивних змагань в процесі підготовки юних спортсменів.
2. Змагання як складова спортивної підготовки дітей і підлітків.
3. Класифікація змагань в залежності від цільового призначення. Види змагань щодо форми організації. Календарний план змагань.
4. Нормативні основи змагальних навантажень в процесі підготовки юних спортсменів.

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. *Основы управления* подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 280 с.
5. *Платонов В.Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
6. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.
7. *Худолей О.Н.* Моделирование процесса подготовки юных гимнастов: Монография / Худолей О.Н. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.

Семінарське заняття 17

Мета і завдання виховної роботи з юними спортсменами (2 години)

Основні питання:

1. Виховні функції спортивної підготовки.
2. Етапи виховання інтересу в учнів до занять спортом. Моральні переконання як основа закріплення інтересу дітей і підлітків до занять спортом.
3. Засоби і методи морального виховання дітей і підлітків.
4. Виховання вольових якостей. Цілеспрямованість, наполегливість, завзятість, рішучість і сміливість. Виховання самостійності та ініціативності в процесі спортивного тренування.

Список літератури

1. *Волков Л.В.* Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. *Филин В.П.* Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.

Семінарське заняття 18

Планування і облік ефективності виховної роботи в спортивній школі (2 години)

Основні питання:

1. Планування і облік показників ефективності виховної роботи як складова діяльності тренера спортивної школи.
2. Річний план виховної роботи, календарний план виховної роботи і план виховної роботи тренера-викладача.
3. Облік ефективності виховної роботи як складова педагогічного контролю за ходом навчально-тренувального процесу юних спортсменів.
4. Облік і оцінка моральних, естетичних, розумових і вольових властивостей особистості юного спортсмена.

Самостійна робота

5. Попередній, поточний і підсумковий облік ефективності виховної роботи з юними спортсменами.

Список літератури

1. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена / Волков Л.В. — К.: Здоров'я, 1984. — 144 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.
3. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / Никитушкин В.Г. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
4. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры / Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 128 с.

Самостійна робота

Індивідуальні завдання

1. Розвиток вітчизняної теорії і методики дитячого і юнацького спорту.
2. Етапи формування теорії і методики дитячого-юнацького спорту.
3. Сучасний стан розвитку теорії і методики дитячого і юнацького спорту.
4. Організаційні і програмно-нормативні основи дитячого і юнацького спорту.
5. Мета, елементи системи підготовки юних спортсменів.
6. Управління системою підготовки юних спортсменів
7. Етапи, мета і завдання підготовки юних спортсменів.
8. Засоби і методи підготовки юних спортсменів.
9. Вікові біологічні, психолого-педагогічні закономірності розвитку рухових здібностей у юних спортсменів.
10. Принципи розвитку рухових здібностей у юних спортсменів.
11. Методика розвитку пружкості у юних спортсменів.
12. Особливості розвитку координаційних здібностей у юних спортсменів.
13. Методика розвитку координаційних здібностей у юних спортсменів.
14. Особливості розвитку силових здібностей у юних спортсменів.
15. Методика розвитку силових здібностей у юних спортсменів
16. Особливості розвитку витривалості у юних спортсменів.

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Теорія і методика дитячо-юнацького спорту як наукова і навчальна дисципліна	2
2	Проблема побудови процесу підготовки юних спортсменів	2
3	Мета, елементи системи підготовки юних спортсменів	2
4	Управління системою підготовки юних спортсменів	2
5	Етапи, мета і завдання підготовки юних спортсменів	2
6	Засоби і методи підготовки юних спортсменів	2
7	Особливості методики розвитку рухових здібностей у юних спортсменів	4
8	Особливості методики навчання юних спортсменів	4
9	Структура тренувального процесу юних спортсменів	4
10	Система тренувальних навантажень юних спортсменів	2
11	Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів	4
12	Система змагань юних спортсменів	2
13	Мета і завдання виховної роботи з юними спортсменами	2
14	Планування і облік ефективності виховної роботи в спортивній школі	2
	Разом	36

17. Методика розвитку витривалості у юних спортсменів.
18. Особливості розвитку гнучкості у юних спортсменів. Методика розвитку гнучкості у юних спортсменів.
19. Засоби і методи навчання в процесі спортивної підготовки.
20. Диференційований підхід в навчанні юних спортсменів.
21. Структура тренувального процесу юних спортсменів.
22. Динаміка тренувальних навантажень в річному циклі підготовки юних спортсменів.
23. Система тренувальних навантажень юних спортсменів.
24. Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів.
25. Теоретико-методичні та експериментальні основи оптимального програмування навчально-тренувального процесу юних спортсменів.

26. Система змагань юних спортсменів.
27. Виховні функції спортивної підготовки.
28. Планування і облік ефективності виховної роботи в спортивній школі.

Критерії оцінювання знань студентів за кредитно-модульною системою

Рейтинг успішності студента — це загальний бал, який отримав студент під час виконання завдань, передбачених програмою дисципліни. Максимальний рейтинг за дисципліну — 100 балів.

Першою складовою є проведення дидактичного тестування. Для оцінки тестових завдань використовується шкала запропонована В.П. Беспалько. 100—90 % вірних відповідей оцінюється як високий рівень знань, 89—70 % — допустимий, 69—50 % — критичний рівень, 49 % і нижче — недопустимий рівень.

Тестування розраховане на 10—15 хв. і оцінюється в балах. Із дванадцяти тестів відповіді на 11—12 (92—100 %) питань оцінюється 5 балами, 9—10 (75—83 %) — 4 балами, 6—8 (50—66 %) — 3 балами, 0—5 (0—41 %) — 0 балами. Тестування протягом семестру проводиться за темами семінарських занять. Максимальна сума 40 балів.

Другою складовою є співбесіда за кожною темою. Результати співбесіди оцінюються максимальною кількістю 5 балів. При цьому враховується:

- глибина та повнота відповіді;
- усвідомлення та послідовність висвітлення матеріалу;
- вміння самостійно використовувати теорію в практичних ситуаціях;
- логіка викладу матеріалу, включаючи висновки та узагальнення;
- розуміння змісту понятійного апарату;
- знання матеріалу, літератури, періодичних видань.

5 балів виставляється за повну, точну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь повинна бути викладена логічно, без суттєвих помилок, з необхідними доказами, узагальненнями та висновками.

4 бали виставляється за повну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь повинна бути дана в логічній послідовності з необхідними доказами, узагальненнями та висновками (допускаються незначні неточності у визначеннях, змісті викладеного матеріалу, датах, оцінках).

3 бали виставляються тоді, коли у відповіді є незначні помилки, матеріал поданий недостатньо систематизовано і непослідовно, висновки обґрунтовані, але мають неточності.

Передбачається 6 виступів, що може скласти максимальну суму 30 балів. У процесі виступів студентів можуть бути доповнення, які оцінюються від 1 до 3 балів.

Третьою складовою є виконання індивідуальних робіт. Максимальна оцінка за захист практичних робіт складає 30 балів.

Підсумковий контроль здійснюється за шкалою ECTS. Студент, який отримав за всі контрольні завдання більше 60 балів може бути звільнений від курсового іспиту за умови, що він набрав більше 50% балів за виконання всіх видів навчальних робіт.

Студент, який набрав за всі контрольні завдання менше 60 балів, здає підсумковий семестровий іспит. Результати іспиту оцінюються в 40 балів і плюуються до суми балів поточного контролю.

Висновки

1. На основі аналізу науково-методичної літератури визначені сучасні тенденції розвитку теорії і методики підготовки юних спортсменів, визначенні знання які є методологічною основою викладання дисципліни «Теорія і методика дитячого і юнацького спорту».
2. На основі системного підходу визначений зміст навчальної дисципліни.

Список літератури

1. *Бальсевич В.К.* Онтоткинезиология человека / Бальсевич В.К. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
2. *Бауэр В.Г.* Организационные и научно-методические перспективы развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации / Бауэр В.Г., Никитушкин В.Г., Филин В.П. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 1996. — № 2. — С. 28—32. Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/flkvot/1996N2/p28-32.htm>
3. *Волков В.М.* Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. — М. : Физкультура и спорт, 1983. — 176 с.
4. *Волков Л.* Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант /Л. Волков. — К.: Вежа, 1997. — 128 с.
5. *Волков Л.В.* Возрастная периодизация тренировочных нагрузок в спортивной подготовке детей и подростков: Учебно-методическое пособие / Волков Л.В. — Переяслав-Хмельницкий, 1990. — 25 с.
6. *Волков Л.В.* Возрастные особенности физической подготовки детей и подростков: Учебно-методическое пособие / Волков Л.В. — Переяслав — Хмельницкий, 1991. — 26 с.
7. *Волков Л.В.* Теория и методика детского и юношеского спорта / Волков Л.В. — К.: Олимпийская литература, 2002. — 294 с.

8. *Гужаловский А.А.* Физическое воспитание школьников в критические периоды развития / Гужаловский А.А. // Теория и практика физической культуры. — 1977. — № 1. — С. 37—39.
9. *Гужаловский А.А.* Периодизация развития физических качеств у детей школьного возраста / Гужаловский А.А. // Вопросы теории и практики физической культуры и спорта: Республиканский межведомственный сборник. — Минск: «Вышэйшая школа», 1983. — Вып. 13. — С. 29—32.
10. *Гужаловский А.* Проблема «критических» периодов онтогенеза в ее значении для теории и практики физического воспитания / Гужаловский А. // Очерки по теории физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — С. 211—223.
11. *Демидов Н.Н.* Определение характера запоминания движений и методических приемов рационального освоения упражнений юными гимнастами: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Демидов Н.Н. — Киев, 1973. — 25 с.
12. *Дикунов А.М.* Исследование пространственных представлений у гимнастов / Дикунов А.М. // Теория и практика физ.культуры. — 1967. — № 10. — С. 17—19.
13. *Коханович К.* Совершенствование спортивно-технической подготовки гимнастов 7—8-летнего возраста путем целенаправленного развития ловкости: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Коханович К. — Л., 1981. — 167 с.
14. *Коханович Казімеж.* Теоретико-методичні основи комплексного контролю в системі підготовки юних гімнастів: Автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. вихов. і спорту: 24.00.01 / Коханович Казімеж. — Київ, 1999. — 44 с.
15. *Маркосян А.А.* Основы морфологии и физиологии организма детей и подростков / Маркосян А.А. — М.: Медицина, 1969. — 571 с.
16. *Матвеев Л.* Принципы теории тренировки и современные положения теории адаптации к физическим нагрузкам / Матвеев Л., Меерсон Ф. // Очерки по теории физической культуры: Труды ученых соц.стран/ Сост. и общ.ред. Матвеев Л.П. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — С. 224 — 241.
17. *Матвеев Л.П.* Теория и методика физического воспитания / Матвеев Л.П., Новиков А.Д. — М.: Физкультура и спорт, 1967. — 398 с.
18. *Матыцин О.В.* Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе/ Матыцин О.В. — М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2001. — 204 с.
19. *Матыцин О.В.* Сенситивные периоды для интенсивного формирования специальной подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней тренировки в настольном теннисе / Матыцин О.В. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : детский тренер : журнал в журнале. — 2002. — № 1. — С. 2—3. Режим доступа: [НТТР://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2002N1/p28-29.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2002N1/p28-29.htm)
20. *Мотылянская Р.Е.* Значение модельных характеристик спортсменов высокого класса для спортивного отбора и управления тренировочным процессом / Мотылянская Р.Е. // Теория и практика физ. культуры. — 1979. — № 4. — С. 21—23.
21. *Мотылянская Р.Е.* Медицинские проблемы спортивной тренировки молодежи школьного возраста / Мотылянская Р.Е. // Материалы VI научной конференции по возрастной морфологии, физиологии и биохимии. — М.: 1963. — С. 422—424.
22. *Набатникова М.Я.* Современные тенденции нормирования тренировочных нагрузок юных спортсменов / Набатникова М.Я. // Тезисы V Всесоюзной научно-практической конференции «Совершенствование подготовки спортсменов в условиях общеобразовательных школ-интернатов спортивного профиля (ноябрь 1978 г., г. Ростов-на-Дону). — М., 1978. — С. 44—45.
23. *Набатникова М.Я.* Основы управления подготовкой юных спортсменов / Набатникова М.Я. — М.: Физкультура и спорт, 1982. — 266 с.
24. *Набатникова М.Я.* О критериях оптимальности в подготовке юных спортсменов / Набатникова М.Я. // Особенности построения тренировки юных спортсменов. — М.: 1983. — С. 17—27.
25. *Набатникова М.Я.* Нормативные показатели физической и функциональной подготовленности юных спортсменов: Методические рекомендации / Набатникова М.Я. — М.: ВНИИФК, 1985. — 72 с.
26. *Никитушкин В.Г.* Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В.Г. Никитушкин. — М.: Физическая культура, 2010. — 240 с.
27. *Никитушкин В.Г.* Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва / В.Г. Никитушкин, П.В. Квашук, В.Г. Бауэр. — М.: Советский спорт, 2005. — 232 с.
28. *Ниязбеков У.Х.* Исследование тренировочных нагрузок в соревновательном периоде / Ниязбеков У.Х., Шлемин А.М. // Гимнастика: Сб. статей. — М.: Физкультура и спорт, 1975. — Вып.1. — С. 29.
29. *Новаковская Хелена.* Оценка способностей к освоению гимнастических упражнений мальчиков 6—7 лет: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/Новаковская Хелена. — М., 1984.
30. *Озолин Н.Г.* Современная система спортивной тренировки / Озолин Н.Г.. — М.: Физкультура и спорт, 1970. — 459 с.
31. *Платонов В.Н.* Современная спортивная тренировка / Платонов В.Н. — Киев: Здоров'я, 1980. — 336 с.
32. *Платонов В.Н.* Теория и методика спортивной тренировки / Платонов В.Н. — Киев: Вища школа, 1984. — 352 с.
33. *Платонов В.Н.* Подготовка квалифицированных спортсменов / Платонов В.Н. — М.: Физкультура и спорт, 1986. — 286 с.
34. *Платонов В.Н.* Адаптация в спорте/ Платонов В.Н. — К.: Здоров'я, 1988. — 216 с.
35. *Платонов В.Н.* Подготовка юного спортсмена / Платонов В.Н., Сахновский К.П. — К.: Радянська школа, 1988. — 288 с.
36. *Платонов В.Н.* Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 1997. — 583 с.

37. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
38. Сахновский К.П. Подготовка спортивного резерва / Сахновский К.П. — К.: Здоров'я, 1990. — 150 с.
39. Сахновский К.П. Теоретико-методические основы системы многолетней спортивной подготовки. — Дис. ... д-ра пед. наук: 24.00.01/ Сахновский К.П. — К.: УГУФВС, 1997. — 317 с.
40. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Сергієнко Л.П.. — К.: Олімпійська література, 2001. — 439 с.
41. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. — Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору / Л.П. Сергієнко. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2009. — 672 с.
42. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. — Книга 2. Відбір у різні види спорту / Л.П. Сергієнко. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2009. — 672 с.
43. Фарфель В.С. Пространственная ориентировка в движениях и ее развитие у школьников / Фарфель В.С. // Труды 4-ой научной конференции по возрастной морфологии, физиологии и биохимии. — М., 1959. — С. 337—338.
44. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте / Фарфель В.С. — М.: Физкультура и спорт, 1975. — 226 с.
45. Филин В.П. Экспериментальное обоснование тестов для оценки тренировочных нагрузок в занятиях с юными спортсменами / Филин В.П., Максименков Г.Н. // Теория и практика физической культуры. — 1969. — № 7. — С. 47—50.
46. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов/ Филин В.П. — М.: Физкультура и спорт, 1974. — 231 с.
47. Филин В.П. Основы юношеского спорта / Филин В.П., Фомин Н.А. — М.: Физкультура и спорт, 1980. — 255 с.
48. Филин В.П. Крупный вклад в возрастную теорию и методику физической культуры / Филин В.П. // Теория и практика физ. культуры. — 2001. — N 11. — С. 48—49. Режим доступа: [НТТР://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2001N11/p48-49.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2001N11/p48-49.htm).
49. Худолей О.Н. Методика подготовки юных гимнастов: Учебное пособие / Худолей О.Н., Шлемин А.М. — Харьков: КГПИ, ХГПИ, 1988. — 122 с.
50. Худолій О.М. Навантаження у спортивному тренуванні юних гімнастів / Худолій О.М. // Теорія та практика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2001. — № 3. — С. 13—18.
51. Худолей О.Н. Система подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. — Харків, 2004. — № 23. — С. 78—92.
52. Худолей О.Н. Проблема построения процесса подготовки юных гимнастов / Худолей О.Н. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. трудов / За ред. С.С. Єрмакова. — Харьков, 2004. — № 6. — С. 72—80.
53. Худолій О.М. Обгрунтування модельних характеристик рухової підготовленості юних гімнастів 7—13 років / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2005. — № 1. — С. 18—37.
54. Шлемин А.М. Исследование процесса формирования двигательной функции у детей и подростков (на материале гимнастики): Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Шлемин А.М. — М.: 1968.
55. Шлемин А.М. К вопросу обучения и тренировки юных гимнастов / Шлемин А.М. // Обучение и тренировка гимнастов. — М.: Физкультура и спорт, 1958. — С. 26—47.
56. Шлемин А.М. Система подготовки юных гимнастов: Методическое пособие для студентов ГЦОЛИФКа / Шлемин А.М., Петров П.К. — М., 1977. — 97 с.
57. Шлемин А.М. Системный подход к обоснованию методики подготовки юных гимнастов / Шлемин А.М. // Теория и практика физической культуры. — 1980. — № 10. — С. 47—49.

Надійшла до редакції 10.09.2012 р

Худолей О.Н., Іващенко О.В. Семинарские занятия и учет успеваемости в процессе изучения учебной дисциплины «Теория и методика детского и юношеского спорта».

В статье рассматривается концепция реализации программы дисциплины «Теория и методика детского и юношеского спорта». Содержание семинарских занятий упорядочено на основе современных представлений о системе подготовки юных спортсменов. Приведена методика учета успеваемости в процессе изучения дисциплины.

Ключевые слова: детский спорт, юношеский спорт, система подготовки, семинарские занятия, учет успешности.

Khudolii O.M., Ivashchenko O.V. Seminar employments and account of progress in the process of study of educational discipline «Theory and methodology of child's and youth sport».

In the article conception of realization of the program of discipline is examined «Theory and methodology of child's and youth sport». The table of contents of seminar employments is well-organized on the basis of modern ideas about the system of preparation of young sportsmen. Methodology over of account of progress is brought in the process of study of discipline.

Keywords: child's sport, youth sport, system of preparation, seminar employments, account of success.



Гогін О.В.

Г58 Легка атлетика: Навчальний посібник. — Харків: «ОВС», 2010. — 395 с.
ISBN 966-7858-57-X.

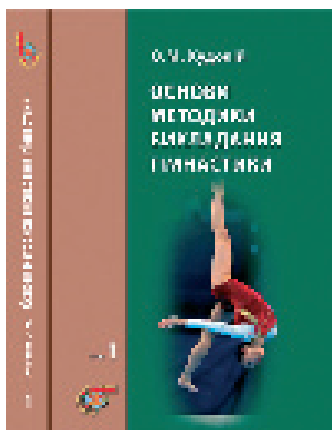
В основу навчального посібника покладено системно-структурний підхід, який в найбільшій мірі дозволяє вирішити їх цільову направленість. Наведені матеріали тісно пов'язані зі змістом інших навчальних дисциплін, які вивчаються на факультеті фізичного виховання.

Для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних навчальних закладів.

Зміст

Вступ	Вступ	5
У сучасних умовах перебудови вищої школи висуваються нові вимоги до підготовки творчого спеціаліста, які потребують принципово інших підходів до викладання у ВНЗі, підвищують вимоги і до проведення лекційного курсу.	Розділ 1. Вступ у предмет «Теорія і методика викладання легкої атлетики»	6
Ефективний формувальний вплив лекція має за умов, якщо є не просто джерелом інформації, а виступає методом активного введення слухачів у глибини основних проблем науки, коли навчально інформаційний початок зливається з дослідженням проблемних питань програми. Лекція повинна забезпечити мотиваційний і загальноорієнтований етапи засвоєння цільової дії. Перенесення центру ваги з інформаційного підходу лекції на методологічний є найпершою умовою наступної творчої діяльності студентів. Пропоновані тексти лекцій підібрані згідно навчальної програми і мають бути обов'язковими саме у зв'язку з їх методологічною спрямованістю.	1.1. Визначення і зміст легкої атлетики	6
У роботі над темами використано багаторічний досвід відомих в Україні і за її межами науковців з легкої атлетики, біомеханіки та теорії фізичної культури: Л.І. Дерсенєва, І.О. Денисова, О.А. Кошової, Г.В. Ращупкіна, В.К. Філіпова, О.М. Худолія, В.А. Друзя, А.В. Івойлова, які сприяли становленню наукової школи на факультеті фізичного виховання ХНПУ ім. Г.С. Сковороди.	1.2. Класифікація легкоатлетичних вправ.....	6
В основу висвітлення обраних тем покладено системно-структурний підхід, який в найбільшій мірі дозволяє вирішити цільову направленість лекції. Матеріали текстів лекцій тісно пов'язані зі змістом інших навчальних дисциплін, які вивчаються на факультеті фізичного виховання: анатомії, фізіології, біомеханіки, біохімії, педагогіки, теорії та методики фізичного виховання. Науково-методичні закономірності цих дисциплін конкретизуються в легкій атлетичній, набуваючи притаманні їй особливі форми і прояви.	1.3. Освітнє, виховнє, оздоровчє і прикладнє значеннє заньтє легкою атлетикою	8
	1.4. Місцє і значеннє легкої атлетики в системі фізичного виховання	9
	1.5. Легка атлетика в школі	9
	1.6. Задачі і зміст курсу легкої атлетики на факультетах фізичного виховання педагогічних вузів	10
	Розділ 2. Історія розвитку «Легкої атлетики»	13
	2.1. Виникнення і розвиток легкої атлетики у світі.....	13
	2.2. Розвиток легкої атлетики в Україні	15
	2.3. Під прапором національної збірної	36
	Розділ 3. Основи техніки ходьби та бігу	66
	3.1. Визначення понять системно-структурного підходу до розглядання питань техніки легкоатлетичних вправ.....	66
	3.2. Основні показники оцінки спортивної техніки	67
	3.3. Цикл рухів у ходьбі.....	68
	3.4. Цикл рухів у бігу	69
	3.5. Динаміка ходьби та бігу	70
	3.6. Загальна характеристика раціональних рухів у ходьбі.....	73
	3.7. Основні вимоги до раціональних рухів у бігу	74
	Розділ 4. Основи техніки стрибків	100
	4.1. Загальна характеристика техніки стрибків	100
	4.2. Техніка стрибка у висоту способом «переступання»	011
	4.3. Техніка стрибків у довжину.....	015
	Розділ 5. Основи техніки метань	127
	5.1. Загальна характеристика метань	127
	5.2. Фактори, від яких залежить дальність польоту легкоатлетичних снарядів	127
	5.3. Фази метань. Задачі, які вирішуються в кожній фазі.....	133
	5.4. Техніка метання малого м'яча з розбігу.....	137
	5.5. Техніка метання гранати з розбігу.....	140
	5.6. Штовхання ядра	144
	Розділ 6. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі	151
	6.1. Урок — основна організаційна форма проведення заньтє з фізичної культури в школі.....	151
	6.2. Структура уроку, задачі та предметний зміст кожної його частини	152

6.3.	Підготовка до уроку.....	154	9.4.	Естафетний біг.....	272
6.4.	Організаційне забезпечення уроку.....	165	9.5.	Бар'єрний біг в школі.....	278
6.5.	Теоретичні відомості.....	170	9.6.	Навчання кросовому бігу.....	291
5.6.	Домашні завдання.....	170	9.6.	Човниковий біг.....	295
6.7.	Контроль за навантаженням по величині ЧСС.....	172	Розділ 10. Методика навчання легкоатлетичним стрибкам.....299		
6.8.	Активізація діяльності учнів на уроці з легкої атлетики.....	173	10.1.	Методика навчання стрибкам школярів молодших класів.....	299
Розділ 7. Розвиток рухових здібностей школярів.....176			10.2.	Методика навчання стрибкам у висоту школярів середніх класів.....	318
7.1.	Основні поняття.....	176	10.3.	Методика навчання стрибкам у довжину школярів середніх класів.....	327
7.2.	Силові здібності та їх розвиток.....	177	10.4.	Методика навчання стрибкам у висоту школярів старших класів.....	339
7.3.	Розвиток швидкісних здібностей.....	201	10.5.	Методика навчання стрибкам у довжину школярів старших класів.....	341
7.4.	Рухова витривалість та її розвиток.....	218	10.6.	Методика навчання потрійному стрибку школярів середніх і старших класів.....	346
Розділ 8. Основи навчання руховим діям в легкій атлетиці.....237			Розділ 11. Методика навчання метанням.....352		
8.1.	Основні поняття.....	237	11.1.	Методика навчання метанням школярів молодших класів.....	352
8.2.	Етапність процесу навчання та стадії формування рухових навичок.....	237	11.2.	Методика навчання метанням школярів середніх класів.....	362
8.3.	Характеристика етапів навчання руховим діям.....	239	11.3.	Методика навчання метанням школярів старших класів.....	371
8.4.	Передумови і загальний порядок побудови навчання.....	244			
Розділ 9. Методика навчання ходьбі та бігу.....250					
9.1.	Методика навчання бігу школярів молодших класів.....	250			
9.2.	Методика навчання бігу школярів середніх класів.....	256			
9.3.	Методика навчання бігу школярів старших класів.....	268			



Худолій О.М.
 X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОБС», 2008. — Т. 1. — 408 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-55-3(I).

У першому томі навчального посібника розглянуті загальні питання теорії гімнастики, а також засоби і методика розвитку рухових здібностей та методика навчання гімнастичним вправам.

Навчальний посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання педагогічних університетів та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.



Худолій О.М.
 X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОБС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-56-1(II).

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано
 Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник
 для студентів вищих навчальних закладів
 (лист № 14/18.2—1928 від 17.01.06)



Сергієнко Л.П.

С32 Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко, Н.Г. Чекмарьова, В.А. Хаджинов. — Харків: «ОБС», 2012. — 270 с. ISBN 978-966-7858-59-6.

У навчальному посібнику зроблено загальне уявлення про психомоторні здібності людини. Наведено основні методи контролю розвитку психомоторних здібностей та нормативи оцінки результатів тестових вимірювань.

Для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання та спорту, психологічних факультетів. Може бути корисним для викладачів, фахівців із спортивної психології, науковим керівникам, магістрантам, аспірантам, тренерам, спортсменам.

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1/01-51-59 від 15 червня 2010 р.)

Зміст

Вступ	5
Розділ 1. Загальна характеристика та структура психомоторних здібностей людини	9
1.1. Системно-функціональні механізми управління психомоторними діями.....	9
1.2. Структура психомоторних здібностей людини.....	18
<i>Резюме</i>	30
<i>Контрольні запитання</i>	31
Розділ 2. Основи теорії тестів та теорії оцінки психомоторних здібностей людини	32
2.1. Основи теорії тестів психомоторних здібностей	32
2.1.1. Основні поняття теорії тестів.....	32
2.1.2. Інформативність тестів	33
2.1.3. Надійність тестів.....	35
2.2. Основи теорії оцінок психомоторних здібностей	39
2.2.1. Проблема і завдання теорії оцінок.....	39
2.2.2. Норми оцінок тестових результатів.....	40
<i>Резюме</i>	48
<i>Контрольні запитання</i>	49
Розділ 3. Вимірювання і оцінка просторових і часових параметрів рухів	50
3.1. Вимірювання і оцінка просторових параметрів рухів.....	50
3.2. Вимірювання і оцінка часу і часових параметрів рухів.....	77
3.3. Вимірювання і оцінка просторово-часових параметрів рухів.....	89
<i>Резюме</i>	015
<i>Контрольні запитання</i>	016
Розділ 4. Вимірювання і оцінка силових параметрів рухів та просторово-динамічної чутливості	017
4.1. Оцінка сприйняття силових параметрів рухів	017
4.2. Оцінка диференціювання силових параметрів рухів.....	126

4.3. Оцінка розвитку здібності до просторово-динамічної чутливості.....	129
4.4. Оцінка чутливості кінестетичної сенсорної системи	132
<i>Резюме</i>	135
<i>Контрольні запитання</i>	135
Розділ 5. Психомоторні методики вивчення властивостей нервової системи.....	136
5.1. Методи дослідження сенсомоторної реакції людини.....	136
5.2. Методи дослідження темпу рухів людини	147
5.3. Методи дослідження ритму рухів людини	152
5.4. Оцінка розвитку рухової пам'яті	156
5.5. Оцінка розвитку уваги	159
<i>Резюме</i>	168
<i>Контрольні запитання</i>	169
Розділ 6. Вимірювання і оцінка розвитку сенсомоторної координованості та рівноваги людини	170
6.1. Вимірювання і оцінка розвитку сенсомоторної координованості.....	170
6.2. Діагностика здібності до збереження стійкості пози (рівноваги)	180
6.2.1. Діагностика розвитку здібності до статичної рівноваги	180
6.3. Діагностика розвитку здібності до динамічної рівноваги.....	186
6.3.1. Діагностика розвитку здібності до вестибулярної (статокінетичної) стійкості ...	195
<i>Резюме</i>	199
<i>Контрольні запитання</i>	200
Розділ 7. Діагностика поведінки людини за показниками психомоторики	201
7.1. Діагностика особистих властивостей особистості	201
7.2. Графологічна діагностика	207
<i>Резюме</i>	210
<i>Контрольні запитання</i>	201
<i>Словник основних термінів і понять</i>	212
<i>Список використаної літератури</i>	215

компонентів креативності, які потрібно розвивати на заняттях з фізичного виховання у ВНЗ, причин ігнорування вдосконалення власних творчих здібностей в процесі фізичного виховання, а також основних чинників, від яких залежить результативність розвитку їх творчості нами було проведено анкетування. Опитано 250 студентів географічного факультету при Тернопільському національному педагогічному університеті ім. В. Гнатюка, які навчаються на 1—2 курсах.

Розроблена нами анкета складається з трьох частин: вступної, демографічної та основної і містить 13 напівзакритих запитань. Це дало можливість вибрати із запропонованих варіантів правильні, на думку респондентів відповіді, а також висловлювати власні судження щодо різних проблем розвитку творчих здібностей у процесі навчання у ВНЗ, а також на заняттях з фізичного виховання зокрема. Запитання анкети об'єднані в два блоки. Перший з них складається із запитань, які визначають рівень знань респондентів з проблем розвитку творчих здібностей. Другий блок опитувальника містить запитання методичного характеру. Анкетування проводилось анонімно. За способом спілкування воно мало особистий, груповий характер. Одночасне опитування великої кількості осіб дозволило одержати значний обсяг матеріалу при мінімальних затратах часу. Анкета містила основні, уточнюючі та контрольні запитання. За допомогою останніх перевірялась правдивість зазначеної респондентом інформації. Обробка отриманих даних здійснена шляхом обчислення відсоткового співвідношення різних за змістом відповідей.

Оцінюючи відповіді респондентів на перше питання «Що, на Вашу думку, розуміється під «творчими здібностями» людини?», було виявлено, що більшість студентів (64%) не стикалися з даним поняттям. 36% студентів ототожнювали їх з поняттям творчість і визначали як здібності до відкриття, створення чогось нового.

На питання «Чи потрібно, на Вашу думку, вчителів географії володіти творчими здібностями?» 40% відповіло «так», «ні» - 25%, а 35% - ще не визначилися. Перші обґрунтовували свої відповіді підвищенням інтересу уроку, умінням розв'язувати проблемні ситуації, знаходити нові способи вирішення завдань. Другі зазначали, що «творчі здібності» не є важливими для вчителя географії. Останні, скоріш за все, не розуміли значення самого поняття, тому не змогли визначити важливості творчих здібностей у своїй майбутній діяльності.

Негативні відповіді на питання «Чи приділяється належна увага у Вашому ВНЗ розвитку творчої особистості майбутнього вчителя?» на нашу думку

пов'язані з їх нерозумінням даного завдання, курсом навчання (оскільки педагогічна майстерність вчителя, новітні технології навчання викладаються на старших курсах), а також, відсутністю завдань розвитку творчих здібностей на інших навчальних предметах.

Такі ж відповіді ми отримали при аналізі питання «Чи розвивають, на Вашу думку, Ваші творчі здібності на заняттях із фізичного виховання?».

Респонденти обґрунтували свої відповіді відсутністю методичних рекомендацій, щодо розвитку творчих здібностей на заняттях; відсутністю творчих завдань на заняттях; не поінформованістю викладачами щодо можливості використання засобів, методів, методичних прийомів розвитку творчих здібностей; відсутністю тестів для оцінки творчих можливостей на заняттях; браком часу для вирішення виховних завдань на заняттях фізичним вихованням.

Аналіз результатів опитування виявив не обізнаність студентів у можливостях фізичного виховання розвивати творчість особистості. Про це вказали негативні відповіді на питання: «Чи потрібно взагалі під час занять із фізичного виховання у ВНЗ вносити творчі завдання?» та «Чи вважаєте Ви засоби фізичного виховання ефективними для розвитку Ваших творчих здібностей?».

При ранжуванні здібностей людини за критерієм важливості їхнього розвитку в процесі фізичного виховання більшість (83%) респондентів творчі здібності ставили на останнє місце, а 17% - на перед останнє.

Можна стверджувати, що вік і курс майбутніх вчителів географії не був визначальним фактором у їхній позиції щодо важливості розвитку творчості у ВНЗ, а особливо на заняттях з фізичного виховання. Із шести запропонованих складових творчості 65% респондентів 1 курсу, які обрали менше трьох з них. Серед студентів 2 курсу, таких було 70%. Більше трьох компонентів творчості вважають за необхідне розвивати 35% респондентів зі 1 і 30% 2 курсу. Оскільки з поданих варіантів відповідей респонденти обирали лише окремі з компонентів творчих здібностей, можна припустити, що розуміння ними сутності поняття творчості є обмеженим. На всі, без винятку, компоненти творчості вказали лише 8% студентів. Аналізуючи відповіді на попередні питання, можна зробити висновок про спонтанність і необдуманість відповідей більшістю студентів.

На думку переважної більшості опитаних (98%), засоби фізичного виховання не є ефективними для розвитку творчих здібностей. Та серед запропонованих респондентам варіантів засобів фізичного виховання студенти вказали на ті, які справді вирішують такі завдання. А саме: рухливим іграм (80%),

Продовження, початок на стор. 18

естафетам (90%), музично-ритмічним комплексам (50%) та спортивним іграм (20%).

Незалежно від віку і курсу в опитаних виявлено спільну позицію щодо ефективності засобів розвитку творчих здібностей. Найдоцільнішими з них було визначено рухливі ігри та естафети. Так, рухливим іграм надали перевагу 70% студентів першого і 82% — другого курсів, а естафетам — 93% і 88% студентів відповідно.

Відповіді на контрольне запитання «Які завдання, на Вашу думку, сприяють прояву творчості?» підтверджують наш висновок щодо обмеженого розуміння сутності поняття «творчість». Так, 75% студентів із двох запропонованих варіантів відповідей обрали завдання, що спрямоване на прояв творчості. Разом з тим 25% опитаних надали перевагу завданню, яке не передбачає творчих дій.

Таким чином, неоднозначність відповідей респондентів щодо проблем розвитку творчих здібностей у ВНЗ та на заняттях фізичним вихованням зокрема, відсутність розуміння студентами важливості творчих здібностей у своїй майбутній діяльності та можливості їх розвитку засобами фізичної культури вимагає експериментальних досліджень.

На підставі проведеного опитування майбутніх вчителів географії можна зробити певні **висновки**:

1. Аналіз анкет виявив недостатній рівень теоретичної підготовленості студентів з питань сутності творчих здібностей.

2. Неоднозначність відповідей респондентів щодо важливості розвитку творчих здібностей на заняттях фізичним вихованням потребує експериментального дослідження.

3. Вік і курс студентів не стали визначальними факторами їх позицій щодо розвитку творчих здібностей у ВНЗ та на заняттях фізичним вихованням, зокрема.

Анкета

Шановний студенте!

Кафедра фізичного виховання Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка проводить наукове дослідження з проблем розвитку творчих здібностей студентів географічного факультету у ВНЗ та у процесі фізичного виховання, зокрема. Наперед вдячні Вам за вичерпні відповіді на наші запитання.

Ваші : стать.....

вік.....

курс.....

1. Що, на Вашу думку, розуміється під «творчими здібностями» людини?

.....

2. Чи потрібно, на Вашу думку, вчителеві географії володіти творчими здібностями? Обґрунтуйте свою відповідь.

.....

3. Чи приділяється належна увага у Вашому ВНЗ розвитку творчої особистості майбутнього вчителя?

так ні

4. Чи розвивають, на Вашу думку, Ваші творчі здібності на заняттях із фізичного виховання?

так ні

5. Якщо так, то які завдання із розвитку творчих здібностей ставлять перед Вами?

.....

Якщо ні, то це зумовлено:

відсутність методичних рекомендацій, щодо розвитку творчих здібностей на заняттях;

відсутністю таких завдань на заняттях;

не поінформованість Вас викладачами щодо

можливості використання засобів, методів, методичних прийомів розвитку творчих здібностей;

відсутністю тестів для оцінки творчих можливостей школярів на заняттях;

браком часу для вирішення виховних завдань на заняттях.

6. Чи потрібно взагалі під час занять із фізичного виховання у ВНЗ вносити творчі завдання?

так ні

Обґрунтуйте чому?

.....

7. Чи вважаєте Ви засоби фізичного виховання ефективними для розвитку Ваших творчих здібностей?

так ні

8. Проранжуйте здібності людини за критерієм важливості їхнього розвитку в процесі фізичного виховання:

рухові, моторні, інтелектуальні, творчі, пізнавальні

Ваш варіант

9. Які компоненти творчої особистості, на Вашу думку, можна розвивати на заняттях із фізичного виховання?

гнучкість розуму, позитивну самооцінку, захопленість справою, стійкість в умовах неспіху і браку зовнішніх винагород, творчу уяву, вміння бачити проблему

Ваш варіант.....

10. Які засоби фізичного виховання Ви вважаєте доцільними для розвитку творчих здібностей?

рухливі ігри спортивні ігри музично — ритмічні комплекси, вправи на розвиток спритності, вправи на розвиток прудкості, гімнастичні вправи, легка атлетика, естафети.

Ваш варіант.....

11. Що на, Вашу думку, визначає результативність розвитку творчих здібностей під час навчання у ВНЗ?

зміст засобів методичні прийоми педагогічні умови ставлення до занять генетичні чинники людини

Ваш варіант

12. Яке завдання, на Вашу думку, сприятиме прояву творчості?

виконання ролі звірятка в будь-якій сюжетно-імітаційній грі з попередніми вказівками і вимогою чіткого відтворення задалегідь відомих рухів

виконання ролі звірятка в будь-якій сюжетно-імітаційній грі, без попередніх вказівок, на основі власних досвіду і бачення шляхів вирішення завдання

Дякуємо за відповіді!

Список літератури

1. Богоніч, О. Л. Розвиток творчих здібностей дошкільників на заняттях з фізичної культури / О. Л. Богоніч, Г. В. Біленька // Оптимізація процесу фізичного виховання в с-мі освіти: Матер. Всеукр. наук. конф. — Київ. — Тернопіль, 1997. — С. 34–48.
2. Воробйова, Р. Розвиток творчої особистості учня на уроках географії / Р. Воробйова // Журнал «Географія та основи економіки в школі». — 2004, — №2. — С. 13.
3. Гавриш, Н. В. Як ми виховуємо творчу особистість / Н. В. Гавриш // Дошкільне виховання. Палітра педагога. — 2000. — №3. — С.13–17.
4. Гребенникова, О. М. Методика фізического воспитания детей дошкольного возраста с направленностью на развитие творчества : автореф. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Гребенникова Ольга Михайлівна // СПб, 1998. — 142 с.
5. Збірник державних документів, що регламентують роботу закладів освіти України / [упоряд. д-р пед. наук. С. Г. Мельничук]. — Кіровоград, 2004. — 185 с.
6. Зубченко, Л. В. Активізація самостійної творчої діяльності при формуванні педагогічної творчості майбу-

тні вчителів фізичного виховання / Л. В. Зубченко // Науковий вісник Донбасу. — 2010. — № 2 (10). — С. 8–13.

7. Иванова, Г. К. Формирование творческих способностей школьников на уроках физической культуры : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : защищ. 29.09.1998 / Иванова Галина Казимировна // Майкоп, 1998. — 146 с.
8. Ляхова, К. О. Творча особистість вчителя як умова розвитку творчих здібностей молодших школярів у навчальній і позанавчальній діяльності Вісник психології і педагогіки / К. О. Ляхова // збірник наук. праць Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка, Інституту психології і соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка. — Випуск 5. — К., 2011. — [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.psyh.kiev.ua>.
9. Мартиненко, О. В. Танцювально — ритмічний комплекс як засіб розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку / О. В. Мартиненко // Оптимізація процесу фізичного виховання в с-мі освіти: матер. Всеукр. наук. конф. — Київ. — Тернопіль, 1997. — С. 41–44.
10. Нікітін, Б. П. Виникнення і розвиток творчих здібностей / Б. П. Нікітін // Рад. школа. — 1989. — № 7. — С. 43 — 51.
11. Розвиток творчих здібностей учнів на уроках географії oblosvita.com...zdibnostej-uchniv...geografiyi.html Освіта Буковини — Навігація — Скриня педагогічних думок.
12. Сафаян, С. І. Основні чинники формування творчої особистості та розвитку її творчих здібностей у процесі навчання / С. І. Сафаян // Народна освіта: наук.-метод. електронний пед. журнал. — 2007. — Вип. 1.
13. Свиридова, О. Сучасні методи і прийоми підвищення ефективності уроку географії / О. Свиридова // Географія та основи економіки в школі : науково-методичний журнал. — 2002. — №4. — С. 21–23.
14. Середа, І. О. Розвиток творчих здібностей учнів молодшого шкільного віку в процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 : захищ. 20.12.2011 / Середа Ірина Олександрівна // Тернопіль, 2011. — 200 с.

Надійшла до редакції 08.12.2013 р.

Середа І.О. Исследование проблемы развития творческих способностей будущих учителей географии в процессе физического воспитания в вузах.

В статье анализируются результаты анкетирования будущих учителей географии с целью выявления реализации творческого воспитания в ВУЗ, а также проверки: знаний относительно важности творческого формирования личности, состояния осознания студентами значения творческих способностей, во всестороннем формировании человека, умения распознавать задания, которые направлены на проявление творчества, определения компонентов творческих способностей, которые нужно развивать на занятиях по физическом воспитании у ВУЗА, причин игнорирования совершенствования.

Ключевые слова: творческие способности, знания, учитель географии, методические основы развития творческих способностей.

Sereda I.O. Research development problems creative abilities of future teachers of geography in physical education in universities.

The paper analyzes the results of surveys of future teachers of geography in order to identify the implementation of creative education in higher education, as well as verification: knowledge about the importance of creative identity formation, awareness of the value of students' creative abilities in shaping comprehensive human abilities to recognize tasks that focused on creative expression, determine the components of creative abilities that should be developed in the classroom of physical education in high school, ignoring the reasons to improve their creative skills during physical education, as well as the major factors that affect the performance of work.

Keywords: creative capabilities, creation, knowledge, teacher of geography, questionnaire.

УДК 37.036+37.037

ГРУПОВА МОТИВОВАНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ В УМОВАХ ВЗАЄМОНАВЧАННЯ

Дух Т. І.

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. Висвітлено причини низького рівня мотивації студентів до занять фізичним вихованням. Представлено основні мотиви студентів у процесі занять фізичним вихованням. Теоретично обґрунтовано доцільність використання взаємонавчання для підвищення мотивованості студентів до фізичного виховання. Експериментально встановлено приріст мотивованості у студентів, які замалось фізичним вихованням за програмою взаємонавчання. Ключові слова: групова мотивованість, взаємонавчання, студенти, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури [6, 7] свідчить про те, що у переважній більшості студентів низький рівень мотивованості до занять фізичним вихованням. Основна причина — відсутність необхідного стимулювання до занять, байдужість до власного здоров'я і теоретична невідповідність студентів. Розмови про те, що заняття фізичною культурою корисні для здоров'я студентів мають абстрактний характер у зв'язку з відсутністю конкретних (об'єктивних) критеріїв його оцінки, які використовувались би на заняттях.

Аналіз літературних джерел і публікацій. Саме заняття фізичним вихованням, з точки зору багатьох дослідників С. Канішевський (1999), М. Кобза (2002), В. Юрчишин (2010) сприяють зменшенню впливу стресів та формують такі якості особистості як цілеспрямованість, організованість, ініціативність, які у свою чергу є основою самостійності людини, сприяють її соціалізації. Крім того, фізична культура сприяє заповненню дефіциту рухової активності, гармонізації навантажень, організації дозвілля і зайнятості молоді. Проте, сучасні науково-методичні розробки не в достатній мірі вирішують дану проблему, що й обумовило вибір дослідження.

Науковцями доведено [1, 8], що міжособистісні відносини, групові цінності і норми, морально-психологічна атмосфера у процесі занять фізичним вихованням — це одні з головних факторів, які впливають на стан соціально-психологічної адаптації людини в колективі й забезпечують її психофізіологічну сталість особистості. Тому дуже важливим є сформулювати потребу у молоді до систе-

матичних групових занять фізичним вихованням, як для здоров'я так і для соціалізації особистості.

Розвиток фізичних якостей людини неможливо відокремити від функціонування її особистісних характеристик, більше того, він визначається ними. Ефективність фізкультурної діяльності молодих людей, так само як і будь-якої іншої діяльності, визначається потребо-мотиваційною ланкою, пов'язаною з формуванням їх потреб, інтересів, цілей, мотивів, ціннісних орієнтацій. Тому для досягнення високого рівня розвитку фізичних якостей оволодіння та ефективного опанування ключовими компетенціями необхідно сформувати потреби в знаннях та інтерес до навчання. Мотивація виникає тоді, коли студент відчуває інтерес від самого процесу і умов занять, від характеру взаємин з педагогом, з членами колективу під час занять. Задоволення інтересу сприяє зміцненню, розвитку мотивів [9]. Мотивація, таким чином, є катализатором енергії людини, яка або полегшує виконання діяльності, або стимулює вольове зусилля, допомагає проявляти терпіння, завзятість, наполегливість, сприяє розвитку цілеспрямованості [7, 10].

У зв'язку із цим необхідним є створення перспективних інноваційних технологій у фізичному вихованні вищих навчальних закладів, які могли б забезпечити можливості до саморозвитку і фізичного удосконалення, формування активної життєвої позиції студентів.

Мета — дослідити вплив взаємонавчання на групову мотивованість студентів до занять фізичним вихованням.

Завдання:

Узагальнити дані щодо мотивованості студентів до фізичного виховання.

Охарактеризувати основні мотиви студентів до занять фізичним вихованням.

Виявити зміни у груповій мотивованості студентів до заняттям фізичним вихованням в умовах взаємонавчання.

Методи дослідження — аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, соціологічні (анкетування щодо мотивів студентів у процесі фізичного виховання), для оцінки рівня групової мотивованості ми використовували опитувальник В.А. Розанової; методи математичної статистики.

Організація дослідження. У дослідженні взяли участь 63 студента Львівського національного університету ім. Івана Франка відповідно поділені на експериментальну і контрольну групи методом випадкової вибірки, при цьому статистичні методи підтвердили однорідність вибірки. Контрольна група (n=32) займалась фізичним вихованням за традиційною системою проведення занять, а експериментальна (n=31) згідно розробленої нами системи завдань з використанням взаємонавчання.

Експериментальна програма передбачала створення диференційованих підгруп із змінним складом для удосконалення як фізичних кондицій, так і теоретико-методичних знань студентів. Нами використовувались активні методи навчання (підготовка презентацій, «семінари-аукіони», розробка проектів щодо розвитку фізичних якостей та формуванню вмінь планування), перевага надавалась самоврядуванню студентів при постійному взаємоконтролі, як техніки навчання навчання фізичних вправ, так і самопочуттю та реакції на навантаження. Комплектація груп студентів відбувалась таким чином: генератор ідей та його помічники (студенти, які краще були підготованими); технічний лідер,

який координував групу з основ техніки фізичних вправ); «емоційний» лідер, який відповідав за міжособистісну рівновагу та допомагав уникати суперечок.

Експериментальна група працювала у різних за складом і кількістю учасників у підгрупах та в постійній взаємодії, суть якої полягає в тому, щоб спрямувати студентів на творчу і продуктивну роботу, постійно обмінюючись досвідом; «пробудити» їх активність і максимально залучити до формування системи знань для застосування повсякденної фізичної активності.

Результати дослідження. В ході опитування нами встановлено, що 31,7 % студентів, займаючись фізичним вихованням очікують підвищення фізичної підготовленості і стільки ж відсотків прагнуть удосконалити свою фігуру. Лише 15,3 % сподіваються покращити свій рівень здоров'я, що можна пояснити тим, що у студентів не сформовано потреби турбувати про свій стан здоров'я. Всього 11,0 % студентів відвідують заняття з фізичного виховання для отримання заліку, що вкотре підкреслює незацікавленість до занять фізичними вправами (рис.1).

Для того, щоб заняття фізичними вправами давали найкращий результат, необхідно раціонально планувати не тільки обсяг та інтенсивність навантажень, але й співвідношення форм і методів організації педагогічного процесу [4, 7]. Проте, як показує практика, обов'язкових занять фізичними вправами недостатньо для підвищення рівня фізичного стану молоді. Таким чином, у навчальному процесі все більшого значення набуває самостійність студента, його активність, здатність працювати над собою.

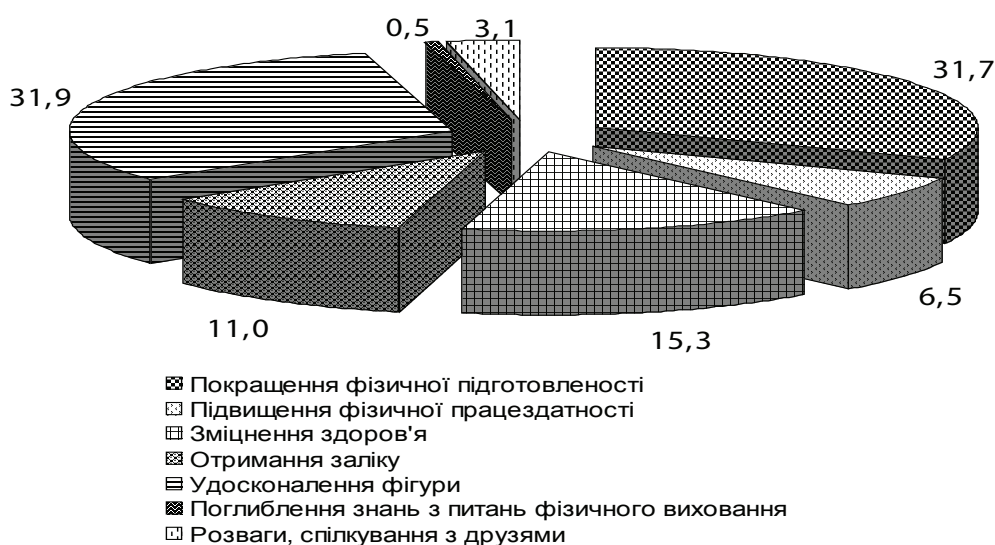


Рис. 1. Мотиви студентів до занять з фізичного виховання

Схема взаємного навчання з фізичного виховання

Форми занять	Зміст навчального матеріалу	Методичні підходи до організації
Академічні	Розвиток фізичних якостей.	Колове тренування, взаємоконтроль ЧСС, взаємоаналіз виконання вправ. Груповий метод виконання завдань (7-9 осіб)
	Вивчення і розучування техніки виконання легкоатлетичних вправ з використанням навалльно-методичних карток.	Взаємоперевірка правильності виконання, взаємоконтроль і взаємострахування. Груповий (5-7, 7-9 осіб) Мозаїка, аукціон, пила
	Підготовка і проведення гри для розвитку певної фізичної якості.	Взаємоконтроль, взаємоаналіз Пари-трійки
Самостійні	Скласти комплекс вправ для не достатньо розвинутих фізичних якостей.	Пошук методичних матеріалів, конспект У мікрогрупах (3-5 осіб)
	Скласти програму розвитку певної фізичної якості.	Мозковий штурм, круглий стіл, обговорення, взаємоаналіз Груповий (5-7 осіб)
	Взяти участь у змаганнях, суддівстві.	Педагогічний контроль Індивідуальний, груповий

Мотивуючи творчу діяльність кожного студента важливим є включення відчуттів підсвідомості, що сприяють формуванню особистісного ставлення до предмету “Фізичне виховання”. Співвідношення своєї діяльності з діяльністю інших; робота в підгрупах створює уявлення проміжного, а потім і остаточного результату своєї праці, створення свого «світу» рухів, гіпотези, проекту, рішення. В результаті формується групове мислення (вміння студентів “бачити” один одного, співпрацювати з одногрупниками; організаційна єдність (адекватні збалансовані відносини між формальним керівником групи і її неформальним лідером); групова згуртованість (при єдиній меті та відповідній мотивації формальні і неформальні стосунки доповнюють один одного). Крім того важливо розвивати у студентів рефлексію — відображення самоаналізу, взаємоаналізу, узагальнення результатів діяльності, відчуттів. Не оціночне судження (це добре, це погано), а аналіз власних рухів, власної думки, почуття, знання, світовідчуття [1].

Процес навчання під час експерименту був побудований таким чином, щоб поступово перетворити навчання у само- та взаємонавчання. Студенти постійно обмінювалися знаннями за рахунок творчої спільної роботи у підгрупах, шукаючи найефективніший спосіб вирішення завдання. Розвиток такої навчальної автономії потребував розробки та проектування цілого ланцюга технологічного процесу реалізації. Першочергово було забезпечено навчальними матеріалами та методичною літерату-

рою студентів для самостійної роботи і організовано доступ до інформаційних технологій, розміщених у всесвітній мережі Internet. З цією метою нами був укладений навчально-методичний посібник, в якому чітко окреслені завдання (як самостійного, так і групового характеру) і алгоритм його виконання для освоєння навчального матеріалу.

Під час проведення експерименту регулярно проводилися індивідуальні і групові консультації з одногрупниками та викладачем. Такі заняття дозволили більшою мірою керувати процесом формування педагогічних вмінь та навичок студентів, проводити аналіз та оцінювання виконання як окремих заходів, так і результатів власних досягнень. Участь у груповій діяльності дозволяє кожному студенту знайти якомога раціональний спосіб вирішення завдання і у випадку виникнення труднощів тут же отримати допомогу від одногрупників або викладача (табл.1).

Студентам надавалась можливість на методичних заняттях вимірювати показники фізичного розвитку і реєструвати їх у картки самоконтролю аналізуючи свої дані. Кожного місяця студенти заповнювали картки новими даними та здійснювали взаємоконтроль основних показників. В основному на таких методичних заняттях студенти працювали у парах-трійках. При цьому оцінка за ведення карток самоконтролю і аналіз даних враховувався до заліку.

Саме організація процесу фізичного виховання із застосуванням взаємонавчання студентів дає

можливість кожному з них проявити себе у якості викладача та здійснювати контроль результатів досягнень одногрупників. Під час проведення заняття викладач налаштовує усіх студентів групи на підготовку до проведення кожним студентом частини чи цілого заняття з фізичного виховання з академічною групою (чи підгрупою) студентів. Спочатку пропонує підготувати конспект і провести частину заняття добре підготованим студентам (з досвідом занять у спортивній секції). Потім, по мірі набуття досвіду, відносно слабо підготовані студенти випробовують себе в якості викладача фізичного виховання.

У процесі взаємного формування вмінь у студентів щодо планування і складання програми занять для розвитку фізичних якостей ми виокремили такі технологічні етапи взаємонавчання:

Пошуковий. Відбувалось ознайомлення студентів у загальних рисах з темою; формувалась пізнавальний інтерес, мотивація; визначались терміни та рівень розвитку фізичних якостей; спільно переглядалась наявна література та здійснювали пошук необхідної навчально-методичної літератури, ілюстративного матеріалу, технічних засобів навчання тощо.

Визначальний. Організаційні моменти вирішуються студентами безпосередньо на занятті; студентам надавалась можливість вибрати самостійно програму розвитку, об'єднатися у творчі групи (об'єднання) за інтересами, ознайомитися із завданнями).

Планування й виконання завдання. Розподіляли функцій; конкретизувались завдання; підбирались вправи, інтенсивність та дозування.

Консультація з викладачем. Відбувався показ вправ, виправлення помилок. Коригування програми.

Презентаційний. Демонстрували результати групової творчої справи, одне із занять створеної моделі; студенти або один студент, або поділяли на частини між собою проводили з групою.

Аналітичний. Кожний студент давав оцінку позитивним і негативним сторонам; проводив самоаналіз творчої моделі і проведення; здійснювали самооцінювання щодо коректності дозування та підбору вправ, і власне до якості безпосереднього проведення; підводили підсумки.

Для розвитку фізичних якостей ми застосовували метод «Мозаїка». Студенти поділялись на мікрогрупи по 3–5 осіб, кожна мікрогрупа займалась розвитком окремої фізичної якості, після чого експерти (студенти краще підготовані) з кожної фізичної якості переходили до іншої мікрогрупи (тобто експерт мікрогрупи з розвитку сили змінював експерта або методиста з розвитку гнучкості, і так доти поки усі експерти-методисти не обмінялися у всіх мікрогрупах). Потім усі експерти знову поверталися у свої групи для того, щоб поділитися тими новими вправами для розвитку певної фізичної якості, які йому надали учасники інших груп. За допомогою такого підходу за короткий проміжок часу можна збагатити свій руховий досвід і підвищити рівень знань. Таким чином відбувається взаємообмін теоретико-методичними знаннями.

Важливе місце у процесі фізичної підготовки займав метод моделювання. Моделювання в поєднанні з іншими методами забезпечує високий рівень творчих характеристик студентів. Оскільки

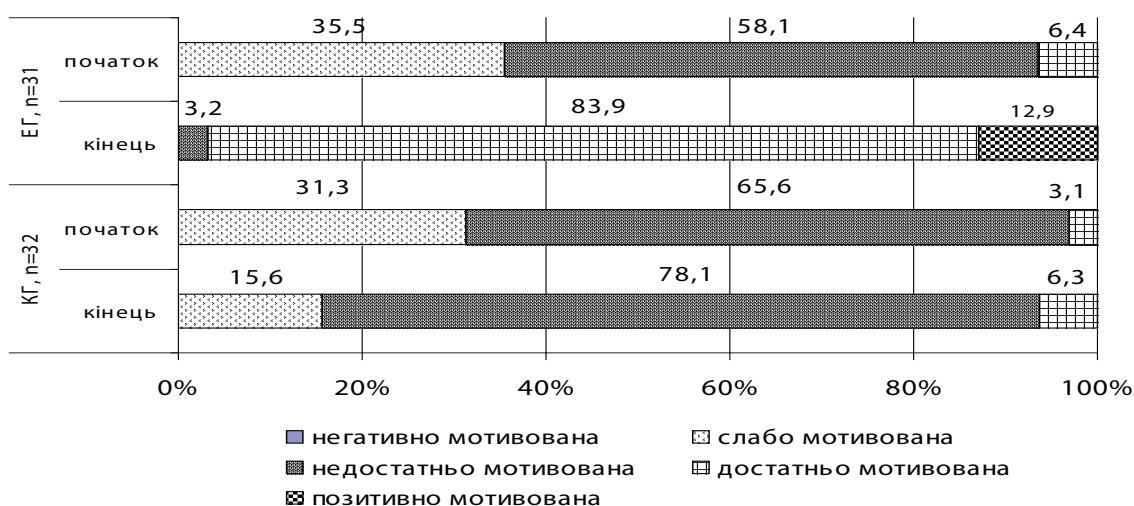


Рис. 1. Зміни у груповій мотивованості студентів, %

студенти працювали над створенням власної моделі проведення тієї чи іншої форми заняття з фізичного виховання (наприклад підготовка розгорнутого конспекту проведення заняття у підгрупах 5-7 осіб). Така організація роботи поєднувала теоретичний і практичний елементи. Створення і апробування моделі проведення заняття здійснювалося в умовах активного навчання, коли студенти займали позицію не “учнів”, а “тренерів-викладачів”.

Проведений нами аналіз результатів опитування щодо зміни мотивів групи на досягнення позитивних результатів у фізичному вихованні показав позитивний приріст у групах, що займалися за експериментальною програмою з використанням взаємонавчання. Експериментально встановлено, що на початку експерименту більша половина студентів КГ (65,6 %) і ЕГ (58,1 %) мають недостатню групову мотивацію до занять фізичним вихованням. В кінці експерименту в хлопців КГ на 3,2 % зросла кількість студентів з достатнім рівнем мотивації в групі (на початку — 3,1 %, в кінці — 6,3 %), проте всеодно більша частина студентів недостатньо мотивовані на успіх у фізичному вихованні (рис.1).

Натомість у студентів ЕГ виявлено 12,9 % позитивно мотивованих в групі студентів (тоді як на початку експерименту їх не було жодного), 83,9 % — достатньо мотивованих, і лише 3,2 % студентів недостатньо мотивованих. Особливо необхідно підкреслити, що в хлопців ЕГ у кінці експерименту число студентів із недостатнім рівнем групової мотивації зменшилось на 54,9 %.

Висновки

Під впливом експериментальної програми відмічено збільшення кількості студентів з достатнім рівнем групової мотивації для досягнення успіхів на 77,5 %, крім того у 12,9 % студентів сформовано позитивну мотивованість на досягнення успіхів у фізичному вихованні. На нашу думку, саме проведення занять із використанням широкого арсеналу методів взаємонавчання, ставить студентів у позицію активного суб'єкта навчання, яке здійснюється в загальній системі колективної роботи академічної групи; розвиває здатність студента до самоорганізації та самоуправління власної діяльності; організовує процес навчання як вирішення навчально-пізнавальної проблеми на основі творчої взаємодії (діалогу) викладача і студентів, та студентів один з одним.

Перспективою подальших досліджень є розробка спец-курсу викладачів фізичного виховання і студентів факультетів фізичного виховання для оволодіння методиками взаємонавчання у процесі фізичного виховання.

Список літератури

1. Горіна О. Проблеми типологічного групування студентів — дидактичні основи диференційованого навчання / О. Горіна // Педагогіка і психологія проф. освіти. — 2008. — № 2. — С. 41 — 46.
2. Заярин Г. А. Фізичне та валеологічне виховання студентської молоді / Г. А. Заярин, А. Н. Несин. — Луганськ : СУНУ, 2000 — 76 с.
3. Канішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / С. М. Канішевський. — К., 1999. — 270 с.
4. Кобза М. Т. Фізіологічний аналіз впливу занять фізичним вихованням на адаптацію до фізичних навантажень та здоров'я студентів : автореф. дис. ... канд. біолог. наук : [спец.] 03.00.13 „Фізіологія людини і тварин” / Кобза Мирослав Тадеушович ; Таврійський НУ ім. В. І. Вернадського. — Сімф., 2002. — 18 с.
5. Короткова Е. Обучение двигательным действиям в условиях организации продуктивных взаимодействий (ученик-ученик) / Е. Короткова, Л. Архипова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2002. — № 4. — С. 21-23.
6. Куліш Н. М. Низька мотивація молоді до занять спортом чи фізичним вихованням — проблема формування здорового способу життя / Н. М. Куліш, С. І. Городинський, Н. М. Букорос // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова — Х., 2012. — № 4. — С. 66 — 70.
7. Литовченко Г. Підвищення рухової активності студентів — один з видів підготовки фахівців високої кваліфікації в технічних вузах / Г. Литовченко, М. Кузьменко, О. Соломко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова — Х., 2005. — № 7. — С. 34 — 40.
8. Лийметс Х. Й. Групповая работа на уроке / Лийметс Х. Й. — Г. : Знание, 1975. — 64 с.
9. Психология потребностей и мотивация персонала. — Харьков : Изд. «Гуманитарный центр», 2002. — 153 с.
10. Юрчишин Ю. В. Формування мотивації до здорового способу життя студентської молоді засобами масової інформації / Ю. В. Юрчишин // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. — Львів, 2010. — Вип. 14. — Т. 4. — С. 186—191.

Надійшла до редакції 05.11.2012 р.

Дух Татьяна Игоревна. Групповая мотивированность студентов в процессе физического воспитания в условиях взаимообучения.

Освещены причины низкого уровня мотивации студентов к занятиям физической культурой. Представлены основные мотивы студентов в процессе занятий физическим воспитанием. Теоретически обоснована целесообразность использования взаимообучения для повышения мотивированности студентов к физическому воспитанию. Экспериментально установлено прирост мотивированности у студентов, которые занимались физическим воспитанием по программе взаимообучения.

Ключевые слова: групповая мотивированность, взаимообучения, студенты, физическое воспитание.

Dukh Tatiana Ihorivna. Group motivation of students in physical education under mutual learning.

Abstract. The reasons of low level of student motivation in physical education. Submitted main reasons students during physical education classes. Theoretically proved the feasibility of using mutual learning to enhance motivation of students to physical education. Exprimently set to increase motivation in students training of physical education program of mutual learning.

Keywords: group motivation, mutual learning, students, physical education.



Сергієнко Л.П.

С32 Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко, Н.Г. Чекмарьова, В.А. Хаджинов. — Харків: «ОВС», 2012. — 270 с. ISBN 978-966-7858-59-6.

У навчальному посібнику зроблено загальне уявлення про психомоторні здібності людини. Наведено основні методи контролю розвитку психомоторних здібностей та нормативи оцінки результатів тестових вимірювань.

Для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання та спорту, психологічних факультетів. Може бути корисним для викладачів, фахівців із спортивної психології, науковим керівникам, магістрантам, аспірантам, тренерам, спортсменам.

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1/01-51-59 від 15 червня 2010 р.)

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕСРТВ НАСЕЛЕННЯ

УДК 796.012.63

РОЗВИТОК ДИНАМІЧНОЇ СИЛОВОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ДІТЕЙ І МОЛОДІ: ВПРАВИ З ГУМОВИМ ДЖГУТОМ (ЗАКОРДОННИЙ ДОСВІД)

Сергієнко Л.П., Лишевська В.М.

Миколаївський міжрегіональний інститут розвитку людини ВНЗ «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»
Херсонський державний аграрний університет

Анотація. В статті узагальнено закордонний досвід щодо розвитку динамічної силової витривалості у дітей і молоді. Описана технологія виконання фізичних вправ, що можуть бути запропоновані для розвитку динамічної силової витривалості різних м'язових груп.

Ключові слова: розвиток, фізичні вправи, м'язова сила, динамічна силова витривалість.

Постановка проблеми. Силові здібності є важливою якісною характеристикою фізичного розвитку людини. Виконання будь-якої фізичної діяльності людини пов'язане з проявом силових здібностей, які є природним компонентом життєдіяльності організму. Як вважають спеціалісти [1] цілеспрямований розвиток силових здібностей може починатись ще до періоду статевого дозрівання. Проте найбільш ефективним періодом є вік 14–17 років.

Розвиток силових здібностей відбувається за допомогою різних засобів: ваги власного тіла, м'ячів великого розміру (швейцарських м'ячів або фітболів), гантелів, амортизаційних пристроїв, штанги, тренажерних засобів і т.п. У вітчизняній науково-методичній літературі висвітлені в певній мірі проблеми технології застосування вправ з метою розвитку силових здібностей у дітей і молоді. Проте порівняння силової підготовки, запропонованої вітчизняними спеціалістами і закордонними представляє певний інтерес.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За кордоном пропонують використовувати комплекси силових вправ для дітей і молоді з метою здачі тестових комплексів (наприклад, в США батареї тестів YMCA, в Європі система комплексного тестування рухових здібностей школярів — ЄВРОФІТ). Силова підготовка юних спортсменів передбачає використання різних засобів з орієнтацією на вік дітей. Урізноманітнення засобів сприяє підвищенню мотивації щодо виконання силових вправ. З оглядом технологій використання силових вправ для дітей і

молоді можна познайомитись в публікаціях американського видавництва Human Kinetics [2, 3, 4, 5]. Знайомство з досвідом американських спеціалістів щодо технологій силової підготовки дітей шкільного віку буде корисним вчителям фізкультури і тренерам ДЮСШ. Тому перед даною роботою були поставлені наступні завдання:

1. Познайомитись з досвідом американських спеціалістів щодо силової підготовки дітей і молоді.

2. Описати технологію виконання силових вправ з гумовим джгутом, які можуть використовуватись для розвитку динамічної силової витривалості.

Методи дослідження. В роботі використовували методи аналізу і узагальнення літературних джерел (в основному закордонних) та узагальнення досвіду роботи спеціалістів в галузі фізичного виховання та дитячо-юнацького спорту.

Результати дослідження. Вправи з гумовим джгутом можуть доповнювати (чи бути альтернативою) вправам з вагою власного тіла або силовим вправам, що виконуються на тренажерах. Вправи з резиновою джгутом урізноманітнюють тренування. За допомогою резинового джгута можливо розвивати динамічну силову витривалість м'язів верхніх і нижніх кінцівок. Очевидно, що резиновою джгут повинен бути із еластичного матеріалу і при розтягуванні створити напруження м'язів. Розтягування гумового джгута може бути двома частинами тіла (наприклад, двома руками) або один кінець джгута кріпиться до нерухомого предмету. З часом при розвитку силових здібностей у дітей гумовий джгут потовщується, що сприяє додатковому напруженню м'язів. Виконання силових вправ з гумовим

джгутом вимагає більшої координації ніж використання інших вправ (наприклад, на тренажерах). Тому тут важливим є персональний контроль вчителя (або тренера). Дозування вправ відбувається індивідуально. Проте бажано, щоб діти в одному підході використовували достатню кількість розтягувань. В залежності від розмірів тіла і кінцівок, рівня силової підготовки розтягування кінцівок на гумовому джгуті міняється.

Опишемо комплекс вправ з гумовим джгутом.

Вправа 1. Напівприсід з гумовим джгутом (рис. 1). Вправа дозволяє комплексно розвивати силу м'язів ніг, рук та спини (quadriceps, hamstrings, gluteals, triceps).



Рис. 1. Напівприсід з гумовим джгутом

Вихідне положення. Два кінця гумового джгута беруть в руки, долоні догори, ступні розведені. Руки підіймають до рівня плечей.

Виконання вправи. Виконується повільно напівприсід (стегна горизонтально підлоги, тулуб знаходиться на одній лінії з головою). Під час виконання напівприсіду руки підіймають вгору. Під час присідання потрібно зробити вдих, при підйманні — видих.

Заключне положення. Повільно підіймаються, руки опускають до рівня плечей і повертаються у вихідне положення.

Вправа 2. Згинання ноги з гумовим джгутом (рис. 2). Сприяє розвитку м'язів ніг (hamstrings).

Вихідне положення. З резинового джгута роблять петлю. Лівую ногою потрібно наступити на джгут, а на праву ногу джгут розміщують на рівні



Рис. 2. Згинання ноги з гумовим джгутом

гомількоступневого суглобу. Праву ногу підняти до натягування джгута.

Виконання вправи. Повільно піднімають ногу до рівня спідниць, а потім її опускають. Кількість повторень вправи визначається індивідуально. Під час піднімання ноги потрібно зробити вдих, при опусканні — видих.

Заключне положення. При настанні втоми повертаються у вихідне положення. За необхідності вихідне положення підтримують рукою, спираючись на стінку. Положення ніг можна міняти.

Вправа 3. Розтягування гумового джгута при виконанні рухів вперед (рис. 3). Сприяє розвитку сили розгиначів м'язів рук (pectoralis major, anterior deltoid, triceps).

Вихідне положення. Прямая стійка, ноги на ширині плечей. Гумовий джгут у двох зігнутих руках і навколо плечей.

Виконання вправи. Повільно розгинають одночасно дві руки до їх повного випрямлення. Вдих роблять під час витягування рук, видих — під час повернення у вихідне положення рук. Під час виконання вправи тіло не рухається.

Заключне положення. Повернення рук у вихідне положення. Випрямлення рук можна робити почергово.

Вправа 4. Піднімання рук з гумовим джгутом вгору із положення сидячи (рис. 4). Сприяє розвитку сили розгиначів рук і плечового поясу (triceps, deltoids, upper trapezius).

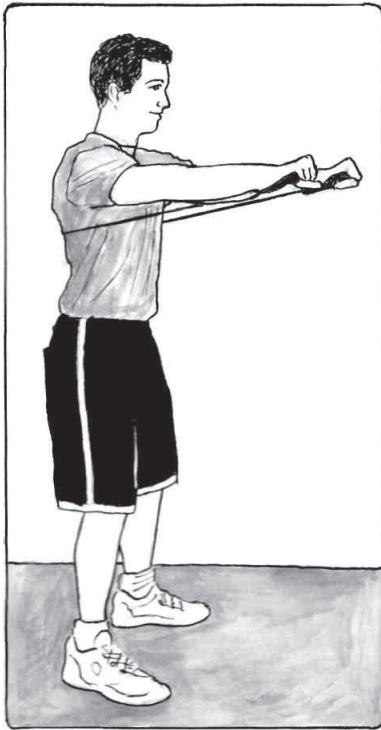


Рис. 3. Випрямлення рук з гумовим джгутом



Рис. 4. Піднімання рук з гумовим джгутом вгору з положення сидячи

Вихідне положення. Сід на середину гумового джгута, а два його кінця утримуються на витягнутих вгору руках.

Виконання вправи. Повільне виконання згинання і розгинання рук вгору. Під час вправи тулуб утримувати прямо. При підніманні рук виконується видих, при опусканні — вдих.

Заключне положення. Повернення у вихідне положення при максимально тривалому виконанні вправи.

Вправа 5. Підтягування гумового джгута до плечей із положення стоячи (рис. 5). Сприяє розвитку сили м'язів згиначів рук і верхнього плечового поясу (biceps, deltoids, upper trapezius).

Вихідне положення. Пропонується зайняти стійку на середині гумового джгута, ноги на ширині плечей, кінці джгута в опущених впродовж тулуба руках, хват руками джгута зверху.

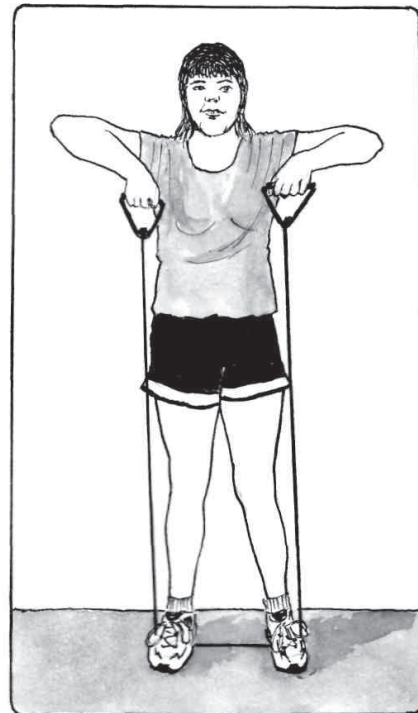


Рис. 5. Підтягування гумового джгута до плечей із положення стоячи

Виконання вправи. Виконується повільне одночасне підтягування рук до плечей. Вдих при підтягуванні рук вгору, видих — при опусканні вниз. Руки під час виконання вправи знаходяться якомога ближче до тулуба.

Заключне положення. Повільне опускання рук у вихідне положення. Вправа виконується до настання втоми.

Вправа 6. Бічні розведення рук з гумовим джгутом (рис. 6). Сприяє розвитку сили м'язів рук (deltoids).

Вихідне положення. Стійка у вертикальному положенні на середині гумового джгута, ноги на ширині плечей. Кінці джгута утримуються збоку тулуба руками (хват зверху), лікті трохи зігнуті.

Виконання вправи. Прямі руки піднімають через сторони вгору до рівня плечей (паралельно підлозі).

Заключне положення. Повільне повернення рук у вихідне положення. Вправу виконують максимальну кількість разів.

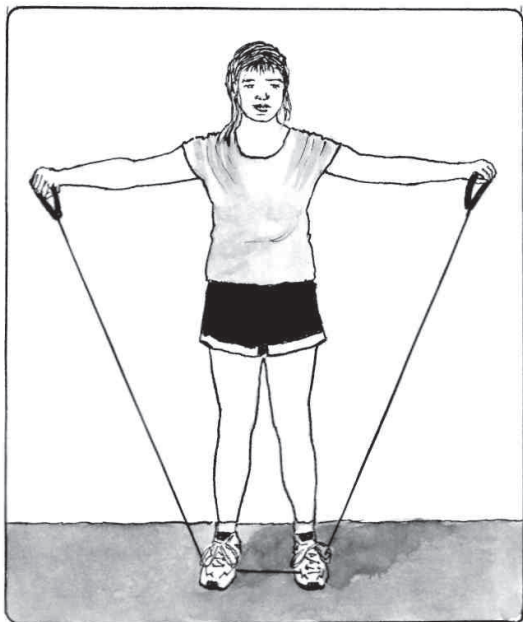


Рис. 6. Бокові розведення рук з гумовим джгутом

Вправа 7. Розтягування гумового джгута за головою (рис. 7). Сприяє розвитку м'язової сили рук та плечового поясу (*latissimus dorsi*, *biceps*).

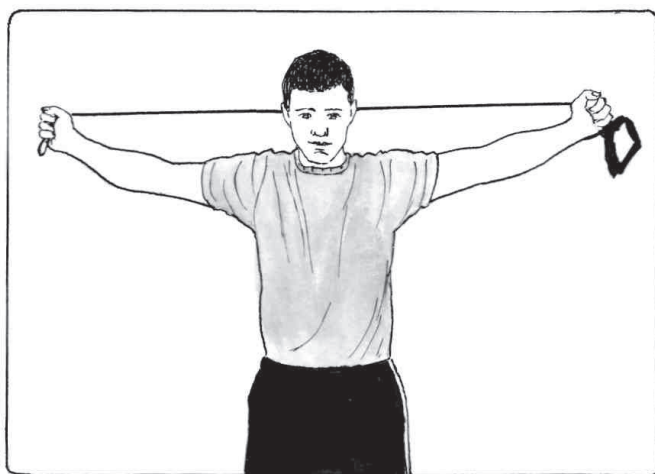


Рис. 7. Розтягування гумового джгута за головою

Вихідне положення. Той, хто займається, стоїть у вертикальному положенні. Гумовий джгут складено вдвоє і знаходиться в руках за головою. Хват джгута ширше плечей, долоні направлені вперед.

Виконання вправи. За командою відбувається повільне розтягування джгута до крайнього положення розведення рук. В кінцевому положенні гумовий джгут повинен бути ззаду шиї.

Заключне положення. Повільне повернення у вихідне положення. Для більшої протидії джгут можна скласти втрое. Нахили, чи інші рухи тулубом робити не можна.

Вправа 8. Підтягування гумового джгута до тулуба в положенні сидячи (рис. 8). Сприяє розвитку сили м'язів рук та верхнього плечового поясу (*latissimus dorsi*, *biceps*).

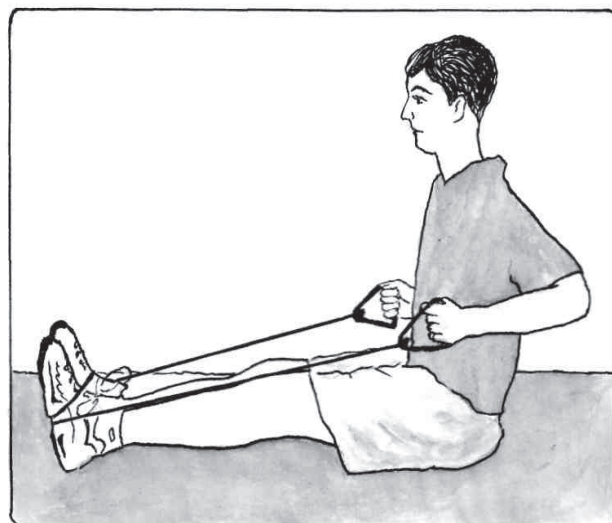


Рис. 8. Підтягування гумового джгута до себе в положенні сидячи

Вихідне положення. Вправа виконується сидячи на підлозі. Гумовий джгут обертають навколо ступнів. Ноги в колінах трохи зігнуті. Спина пряма. Руки утримують джгут долонями до себе.

Виконання вправи. Пропонується тягнути до себе джгут.

Заключне положення. Повільне повернення рук у вихідне положення. Вправа виконується максимальну кількість раз, до втоми. В якості альтернативи гумовий джгут можна кріпити до нерухомого предмету.

Вправа 9. Розтягування гумового джгута силою біцепсів (рис. 9). В основному відбувається розвиток сили м'язів згиначів рук (*biceps*).



Рис. 9. Розтягування гумового джгута силою біцепсів

Вихідне положення. Вправа виконується в положенні стоячи. Ноги на ширині плечей і знаходяться на джгуті. Плечі прижаті до тулуба. Кінці гумового джгута знаходяться в руках, долоні вгору.

Виконання вправи. Повільно підіймають руки вгору до рівня плечей.

Заключне положення. Повільне повернення у вихідне положення. Якщо потрібно можна стати спиною до стіни, це попередить рухи тіла. Вправу виконують максимальну кількість разів. Як варіант вправи можна руки згинати почергово.

Вправа 10. Розтягування гумового джгута силою трицепсів (рис. 10). Сприяє розвитку сили м'язів розгиначів рук (triceps).

Вихідне положення. Вправа виконується в положенні сидячи на гумовому джгуті. Кінці джгута в руках, що знаходяться зігнутими за спиною, долонями вгору.

Виконання вправи. Почергове повільне піднімання рук вгору до їх випрямлення. При виконанні вправи рухаються тільки лікті та передпліччя.

Заключне положення. Повернення рук у вихідне положення. Вправа виконується до втоми. Кількість серій виконання вправи встановлюється індивідуально. Видих робиться під час підйому руки, вдих — під час опускання.



Рис. 10. Розтягування гумового джгута силою трицепсів

Висновки

1. Узагальнено закордонний (американський) досвід розвитку динамічної силової витривалості у дітей і молоді.
2. Описана технологія виконання десяти вправ з гумовим джгутом, що використовують для розвитку динамічної силової витривалості різних м'язових груп.

Список літератури

1. *Bompa T.O.* Total Training for Young Champions / T.O. Bompa. — Champaign, IL.: Human Kinetics, 2000. — 210 p.
2. *Earle R.W.* NSCA's Essentials of Personal Training / R.W. Earle, T.R. Baechle. — Champaign, IL.: Human Kinetics, 2012. — 696 p.
3. *Faigenbaum A.D.* Strength and Power for Young Athletes // A.D. Faigenbaum, W.L. Westcott. — Champaign, IL.: Human Kinetics, 2000. — 203 p.
4. *Foran B.* High — performance sports conditioning / B. Foran. — Champaign, IL.: Human Kinetics, 2001. — 360 p.
5. *Kraemer W.J.* Strength Training for Young Athletes / W.J. Kraemer. — Champaign, IL.: Human Kinetics, 2005. — 296 p.

Сергієнко Л.П. Лишевская В.М. Развитие динамической силовой выносливости у детей и молодежи: упражнения с резиновым жгутом (зарубежный опыт).

В статье обобщен зарубежный опыт в отношении развития динамической силовой выносливости у детей и молодежи. Описана технология выполнения физических упражнений, которые могут быть предложены для развития динамической силовой выносливости различных мышечных групп.

Ключевые слова: развитие, физические упражнения, мышечная сила, динамическая силовая выносливость.

Serhiyenko L.P., Lyshevska V.M. The development of the dynamics endurance in children and youth (foreign innovations). The article generalizes a foreign experience of the development of the dynamic strength endurance in children and youth. The technology of physical exercises which can be suggested for the development of the dynamic strength endurance of different muscular groups is described.

Key words: development, physical exercises, muscular strength, dynamic strength endurance.



Сергієнко Л.П.

С32 Практикум з психології спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2008. — 256 с. (МОН України, лист № 1-4/18-Г-1064 від 14 травня 2008 р.) ISBN 966-7858-51-0.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з психології спорту та програми з даної навчальної дисципліни. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практичних заняттях студентам пропонується виконання психологічних та дидактичних тестів. Навчальний посібник доцільно використовувати під час підготовки до семінарських занять, залків та іспитів.

Навчальний посібник рекомендовано студентам вищих навчальних закладів освітнього напрямку «Фізичне виховання і спорт» та «Психологія». Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі психології, тренерів, спортсменів високої кваліфікації, широкого кола читачів.



Худолій О.М.

X98 Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник. — 2-е вид., випр. — Харків: «ОВС», 2008. — 408 с.: іл. ISBN 966-7858-53-7.

У навчальному посібнику розглянуті загальні питання теорії фізичного виховання, а також теорія і методика розвитку рухових здібностей та навчання фізичним вправам.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ, редакція журналу «Теорія та методика фізичного виховання» мають честь запросити представників Вашої організації до участі в конференції

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

VIII Всеукраїнська наукова конференція (22.11.2012 року)

присвяченої 65 річчю утворення факультету фізичного виховання

Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

Програма конференції передбачає роботу таких секцій:

- 01 — проблеми фізкультурної освіти в Україні;
- 06 — проблеми тренування і навчання в спортивних видах гімнастики;
- 06 — проблеми тренування і навчання в спортивних іграх і одноборствах;
- 06 — проблеми тренування і навчання в циклічних видах спорту;
- 06 — проблеми фізичного виховання школярів;
- 06 — інформаційні і комп'ютерні технології у фізичному вихованні і спорті;
- 07 — рекреація і спорт для всіх.

Робочі мови конференції: українська і російська.

Для включення у програму конференції необхідно до **01 жовтня 2012 року** надіслати тези доповіді в обсязі 3 сторінок і матеріали доповіді (стаття, **українською мовою**) — 6—12 сторінок, а також дискету з набраним текстом.

Вимоги до матеріалів:

1. Тези і стаття подаються в **двох** роздрукованих примірниках і **на дискеті** у вигляді текстового файла.
2. Рукопис підписується всіма авторами.
3. Статті (тези) подаються у форматі **Microsoft Word 6,0/98** або ***.rtf**. Ім'я файла (**латинськими** буквами) відповідає **прізвищу першого автора+номер секції** (наприклад: **ermakov_06.doc**).
4. Текст статті (тез) повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів). Малюнки підготовлені у форматі ***.tif** чи **Corel Draw 4,0/8,0**. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0.
5. Статті пишуться за схемою: назва статті, автори (ім'я, по батькові, прізвище), ... університет (інститут, академія), вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами), мета дослідження, методика дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, література (не більше 6). Тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова.
6. Реферат статті (**українською, російською і англійською** мовами) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання»
7. Разом зі статтею подаються **авторська довідка** (тема виступу, прізвище, ім'я, по-батькові, назва навчального закладу, посада, науковий ступінь, звання, точна адреса, телефон, електронна адреса) і **конверт з маркою зі зворотню адресою**.
8. Матеріали конференції (тези) будуть надруковані у збірнику наукових праць до початку роботи конференції, матеріали доповіді (статті) — у поточних номерах фахового журналу «Теорія та методика фізичного виховання» у міру надходження, позачергою друкуються статті які мають посилання на матеріали опубліковані в журналі.
9. **Матеріали разом з копією квитанції на грошовий переказ надсилати на адресу: 61174 Харків, а/с 8692.** Оргкомітет конференції. Худолію Олегу Миколайовичу, або електронною поштою **e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».

Основні дати:

Час подачі матеріалів	до 01 жовтня 2012 р.
Засідання, семінар, круглий стіл	22 листопада 2012 р за програмою конференції, яка буде оприлюднена 16 листопада 2012 р. на сайті www.tmfv.com.ua
Розсилання збірника авторам	до 15 грудня 2012 р.
Обговорення, дискусія, збірник конференції	http://www.ovc.kharkov.ua — доступні електронні версії попередніх конференцій.

Всі витрати за рахунок організації, що відряджають.

Вартість публікації матеріалів конференції — 80 грн. (за один матеріал).

Організаційний внесок — 50 грн. (сплачується під час реєстрації).

Оплата за публікації для учасників конференції з України: **поштовий переказ** на адресу: **61174 Харків, а/с 8692.**

Худолію Олегу Миколайовичу.

Адреса оргкомітету: 61174 Харків, а/с 8692. Худолій Олег Миколайович, зав. кафедри ТМФВ, голова оргкомітету.

Телефон для довідок: **057-756-73-38.**

Оргкомітет конференції

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

Львівський державний університет фізичної культури, Науково-дослідний інститут ЛДУФК
 Центр математичного моделювання
 Інституту прикладних проблем механіки і математики імені Я.С.Підстригача НАН України
 Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ,
 редакція журналу «Теорія та методика фізичного виховання»
 мають честь запросити представників Вашої організації до участі в конференції

**МОДЕЛЮВАННЯ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
 У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ**
 ІХ міжнародна наукова конференція (28 лютого 2013 року)

Програма конференції передбачає роботу таких секцій:

1. Моделювання як ефективний метод пізнання складних об'єктів і процесів у сфері фізичної культури.
2. Моделювання складних біомеханічних систем у сфері спорту, фізичного виховання.
3. Моделювання в області механіки людини.
4. Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні.
5. Моделювання різних сторін підготовленості спортсменів.
6. Моделювання та технічні засоби.
7. Моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у школярів на уроках фізичної культури.
8. Моделювання навчальної діяльності студентів фізкультурних навчальних закладів.

Робочі мови конференції: українська і російська.

Для включення у програму конференції необхідно до **10 січня 2013 року** надіслати тези доповіді в обсязі 3 сторінок і матеріали доповіді (стаття, **українською мовою**) — 6—12 сторінок, а також дискету з набраним текстом.

Вимоги до статей і тез:

1. Тези і стаття подаються у вигляді текстового файла, які необхідно переслати електронною поштою на адресу **e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».
2. Рукопис підписується всіма авторами.
3. Статті (тези) подаються у форматі **Microsoft Word 6,0/98** або *.rtf. Ім'я файла (**латинськими** буквами) відповідає **прізвищу першого автора+номер секції** (наприклад: **ermakov_06.doc**).
4. Текст статті (тез) повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів). Малюнки підготовлені у форматі *.tif чи **Corel Draw 4,0/8,0**. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0.
5. Статті пишуться за схемою: назва статті, автори (ім'я, по батькові, прізвище), ... університет (інститут, академія), вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами), мета дослідження, методика дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, література (не більше 6). Тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова.
6. Реферат статті (**українською, російською і англійською** мовами) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання».
7. Разом зі статтею подаються **авторська довідка** (тема виступу, прізвище, ім'я, по-батькові, назва навчального закладу, посада, науковий ступінь, звання, точна адреса, телефон, електронна адреса) і **конверт з маркою зі зворотною адресою**.
8. Тези будуть надруковані у збірнику наукових праць до початку роботи конференції, статті — у **поточних номерах фахового журналу «Теорія та методика фізичного виховання»** у міру надходження.
9. **Матеріали разом з копією квитанції на грошовий переказ надсилати на адресу: e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».

Основні дати:

Час подачі матеріалів	до 10 січня 2013 р.
Засідання, семінар, круглий стіл	28 лютого 2013 р за програмою конференції, яка буде розіслана учасникам до 3 березня, за адресою: — 79000, Україна, м. Львів, вул. Підголоско, 25, ЛДУФК, кафедра стрільби та технічних видів спорту; — м. Харків, вул. Блюхера, 2, ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ
Розсилання збірника авторам Розсилання електронної версії	до 15 березня 2013 р. до 28 лютого 2013 р.
Обговорення, дискусія, збірник конференції	http://www.tmfv.com.ua — доступні електронні версії попередніх конференцій.

Автори з інших міст можуть взяти участь у засіданні, семінарі, круглому столі тільки на запрошення кафедр ВНЗ-організаторів. Всі витрати за рахунок організацій, що відряджає.

Вартість публікації матеріалів конференції — 80 грн. (за один матеріал).

Організаційний внесок — 50 грн (сплачується під час реєстрації).

Оплата за публікації для учасників конференції з України: **поштовий переказ** на адресу: **61174 Харків, а/с 8692.**

Худолію Олегу Миколайовичу.

Адреса оргкомітету:

79000, Україна, м. Львів, вул. Підголоско, 25, ЛДУФК, кафедра стрільби та технічних видів спорту, заступник голови оргкомітету
 Виноградський Богдан Анатолійович, тел.: 80679501393, e-mail: bvynohrad@ukr.net; Лопатьев Анатолій Олександрович, тел. 8-067-287-48-82, e-mail: dziu@cmm.lviv.ua.

61174 Харків, а/с 10947. Худолію Олег Миколайович, зав. кафедри ТМФВ. Телефон для довідок: **057-756-73-38.**

Оргкомітет конференції

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

У журналі друкуються статті наступної спрямованості

- теорія та методика навчання рухам;
- фізичне виховання дітей та підлітків;
- спортивне тренування дітей та молоді;
- фізична культура в школі;
- фізична культура в профілактиці і лікуванні захворювань у дітей та підлітків;
- теорія і методика професійної підготовки учителя фізичної культури;
- правові основи фізичної культури в Україні.

Вимоги до оформлення статей

1. Приймаються до друку оригінальні і оглядові статті з різних проблем навчання і виховання.
2. Обсяг оригінальної статті — 6—8 стр. тексту, оглядових — 12—24 стр., коротких повідомлень — до 3 стр.
3. Стаття подається в двох роздрукованих примірниках і в електронному вигляді.
4. Рукопис підписується всіма авторами.
5. Статті подаються у форматі Microsoft Word 6,0/98 або *.rtf. Ім'я файлу (латинськими буквами) повинно відповідати прізвищу першого автора. Увесь матеріал статті повинен міститися в одному файлі.
6. Текст статті повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів).
7. Малюнки підготовлені у форматі *.tif чи Corel Draw 4,0/8,0.
8. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0
9. Оригінальні статті пишуться за схемою:
 - назва статті;
 - автор (ім'я, по батькові, прізвище);
 - університет (інститут, академія);
 - вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами);
 - мета дослідження;
 - методика;
 - результати дослідження;
 - обговорення;
 - висновки (останнім повинен бути висновок про перспективи подальших розвідок);
 - список літератури;
 - тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова;
 - реферат статті (**українською, російською і англійською** мовою) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання».
10. Стаття повинна бути написана українською мовою і вчитана авторами.

Додатково авторам необхідно подати такі відомості: повне прізвище, ім'я та по батькові, місце роботи, посаду, науковий ступінь, тему виконаної наукової роботи, домашню адресу, **e-mail** і контактний телефон, **кількість примірників журналу**, яка буде надсилатися наложеним платежем.

Статті надсилати електронною поштою з поміткою «Стаття в журнал «ТМФВ»».

E-mail: **public@tmfv.com.ua**. Телефон для довідок: **057-756-73-38**.

Інше

1. Один примірник журналу, у якому опублікована стаття, висилається на адресу автора наложеним платежем після виходу його у світ.
2. Більшу кількість примірників необхідно замовляти завчасно.