

НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ УЧНІВ 5 КЛАСУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

¹Кривуца Ірина, ²Несен Олена, ²Стрельникова Євгенія

¹Харківський ліцей №89, Харківської міської ради Харківської області, Харків

*²Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди,
Харків*

Анотація. Робота присвячена актуальному питанню пошуку шляхів ефективного навчання базовим технічним прийомам волейболу учнів 5 класів за короткий період з тенденцією закріплення вивчених елементів до ступені навички.

Ключові слова: варіативний модуль, технічні елементи гри, волейбол, учні.

Вступ. Програма з фізичної культури для 5-9 класів передбачає вивчення наступних технічних прийомів волейболу та умов їх виконання на першому році навчання: стійка волейболіста та пересування в стійці; передача м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни та в парах; прийом м'яча знизу над собою, з накидання партнер(а/ки) та від стіни; прийом та передачі м'яча у зустрічних колонах [4]. При чому у більшості закладів загальної середньої освіти на варіативний модуль «волейбол» плануються 12-16 навчальних годин. Стає очевидна актуальність питання ефективного навчання за такий короткий період базовим технічним прийомам учнів 5 класів з тенденцією закріплення вивчених елементів до ступені навички, з тим щоб наступного року не починати всю копітку роботи вчителя фізичної культури знову з початку.

Особливостями вивчення волейбольної техніки у закладах освіти різних рівнів займаються багато науковців. На необхідність вдосконалення методичної складової організації процесу навчання волейболу під час уроків фізичної

культури у закладах загальної середньої освіти вказує О. Мітова та І. Раковська у своїй науковій публікації [3].

Частина фахівців концентрує свою увагу на нюансах організації навчального процесу спираючись на вікові особливості учнів, їх фізичні можливості та освітні потреби у галузі фізичної культури.

Так, В. Гузар, О. Шалар, Є. Стрикаленко вказують на необхідність індивідуального підходу при навчанні дітей 7-х класів на уроках волейболу, залучаючи на допомогу вчителю учнів, які відвідують секцію волейболу [1].

На підставі отриманих даних педагогічного експерименту О. Л. Дуброва та І. Б. Гринченко вказують на той факт, що комплекс цілеспрямованих рухливих ігор для формування спеціалізованих рухів (навичок) гравців у баскетболі та волейболі позитивно вплинув на сформованість основних технічних дій учнів у розділах шкільної програми [2].

Ряд робіт розкривають роль обізнаного розуміння деталей виконання технічних прийомів гри. Так, в своїй роботі О. Г. Шалар, В. С. Свирида, Д. Любашенко описують основи використання методики організації уроків фізичної культури з волейболу на базі освітньо-рефлекторної спрямованості [7]. Автори пропонують у структурній побудові кожного уроку обов'язково передбачити при підготовці конспекту, графу нагадування для вчителя. Це можуть бути бліцтурніри, на початку основної частини уроку з питаннями з техніки та правил гри, «рефлексійна» бесіда у заключній частині з аналізом помилок учнів при виконанні запропонованих вправ. Саме такі уроки, на думку авторів, ефективно впливають на якість сформованості рухових умінь і навичок учнів, а також найкращим чином забезпечують обов'язковий мінімум знань фізкультурної освіти. В іншій своїй роботі О. Г. Шалар із співавторами відмічають суттєве покращення результатів контрольних тестів технічної підготовленості після використання під час занять волейболом із ліцеїстами відеодемонстрацію виконання окремих технічних прийомів [6]. Робота такої самої спрямованості була проведена Є. Стрельниковою, Ю. Горчанюком та О. Несен. Автори довели, що запропонована ними методика технічного

навчання, яка побудована на базі візуального сприйняття спортсменками біомеханічних особливостей виконання технічних прийомів, ефективно впливає на формування початкових технічних навичок дітей [5].

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами: робота виконана згідно з планом науково-дослідних робіт кафедри одноборств, фехтування і силових видів спорту ХНПУ імені Г.С. Сковороди за темою «Оздоровчі технології фізичного виховання та вдосконалення спортивного тренування у одноборствах і силових видах спорту», номер державної реєстрації 0120U104252.

Мета дослідження: визначити ефективність застосування авторської методики навчання базовим прийомам гри у волейбол на уроках фізичної культури.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз наукової та методичної літератури з питання технічної підготовки учнів з волейболу під час уроків фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

2. Сформувати базову техніку волейболу базуючись на обізнаному розумінні дій учнями, використовуючи стендові циклограми виконання окремих технічних прийомів.

3. Провести контрольні нормативи, рекомендовані програмою з фізичної культури для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти, та порівняти результати опанування технічними прийомами учнів експериментальної та контрольної груп.

Матеріал і методи дослідження. У дослідженні прийняли участь учні Харківського ліцею № 89, Харківської міської ради Харківської області 5-х класів у кількості 62 осіб, з них 28 учнів – експериментальної групи, 30 учнів – контрольної група; 22 дівчини та 40 хлопців.

Під час виконання роботи використовувались наступні методи дослідження: аналіз наукової та методичної літератури, педагогічний

експеримент, педагогічне тестування, методи математичної обробки результатів досліджень.

Результати дослідження та їх обговорення. Першим етапом реалізації поставленої мети ми підготували циклограми виконання технічних прийомів волейболу, які виконували студентки-гравчині волейбольного клубу вищої ліги України серед жіночих команд «Харків'янка-ХНПУ».

Сутністю педагогічного експерименту біло використання підготовлених циклограм (були роздруковані на листах паперу та закріплені на стінах спортивного залу) під час уроку фізичної культури в експериментальній групі.

Крім того починаючи з 3 уроку варіативного модулю вчителем фізичної культури проводились короткі інформаційні хвилинки з учнями у форматі «питання - відповідь» (табл. 1) на тему технічної підготовки волейболістів. Такий інформаційний блок налічував 3 питання, на які мали відповісти будь-які учні з класу. Учні контрольної групи не мали під час уроку можливості постійно отримувати візуальні орієнтири виконання технічних прийомів, а теоретична інформація обмежувалася запропонованими програмою темами.

Таблиця 1

Приклад запитань для інформаційних хвилин у форматі

«Питання - відповідь»

Питання	Правильна відповідь
Скільки фаз у виконанні передачі м'яча зверху двома руками	Три
Які фази у виконанні прийому-передачі м'яча знизу двома руками	Підготовча, основна та заключна
Скільки пальців виконують передачу м'яча двома руками зверху	Десять пальців

Педагогічний експеримент тривав 5 тижнів (14 занять), згідно із річним планом розподілу програмного матеріалу для учнів 5 класів Харківського ліцею № 89, Харківської міської ради Харківської області.

Слід зазначити, що на початку проведення нашого педагогічного експерименту різниці у результатах виконання контрольних нормативів між двома групами учнів не була встановлена, а середня оцінка результатів

нормативів відповідала низькому рівню компетентності учнів з технічної майстерності у волейболі.

На останньому уроці варіативного модулю «волейбол» були повторно проведені контрольні нормативи техніки виконання верхньої та нижньої передачі м'яча (табл. 2).

Таблиця 2

Результати контрольних нормативів учнів 5-х класів з варіативного модулю «волейбол»

Учасники досліджень	Прийом-передача м'яча над собою зверху двома руками, кількість разів	Прийом-передача м'яча над собою знизу двома руками, кількість разів	Передача м'яча у визначені зони майданчика, кількість влучань
	$\bar{X} \pm m$		
Дівчата контрольна група n=10	3,20±0,31	1,70±0,35*	3,20±0,41
Дівчата експ-на група n=12	3,83±0,53	3,17±0,46*	3,83±0,28
Хлопці контрольна група n=24	4,17±0,29*	3,46±0,30	4,04±0,23*
Хлопці експ-на група n=16	5,25±0,27*	3,81±0,22	4,75±0,20*
Контрольна група, n=34	3,88±0,23*	2,94±0,27	3,79±0,20*
Експериментальна група n=28	4,64±0,29*	3,54±0,23	4,36±0,18*

Примітка: * - наявність достовірності у відмінностях між результатами контрольної та експериментальної груп

В табл. 2 наведено, що наявність достовірності у відмінностях між загальними результатами контрольної та експериментальної груп існує у двох проведених контрольних нормативах, а саме прийом-передача м'яча над собою зверху двома руками та передача м'яча у визначені зони майданчика. Слід зазначити, що це було забезпечено результатами, які показали хлопці.

Наявність достовірності у відмінностях між результатами контрольної та експериментальної груп у прийомі-передачі м'яча над собою знизу існує серед груп дівчат ($p < 0,05$).

Згідно вимог Навчальної програми для учнів 1 року навчання результати контрольної групи відповідають достатньому рівню компетентності, в той час

коли учні експериментальної групи досягли високого рівня компетентності. Базуючись на цьому, ми маємо можливість стверджувати, що запропонована нами методика формування базової техніки волейболу базуючись на обізнаному розумінні дій учнями шляхом використання стендових циклограм виконання окремих технічних прийомів дала можливість учням експериментальної групи краще засвоїти навчальний матеріал та показати кращі результати при виконанні контрольних нормативів.

Висновки.

1. Аналіз наукової та методичної літератури показав актуальність та не вирішеність питання формування базових технічних прийомів волейболістів під час уроків фізичної культури у закладах загальної середньої освіти.

2. Використання стендових циклограм виконання окремих технічних прийомів та коротких теоретичних сесій «питання - відповідь» з тематики технічної підготовки волейболістів призвели до більш ефективного формування технічних прийомів волейболу учнів 5 класів на першому році вивчення модулю «волейбол» у розрізі шкільної програми з фізичної культури.

Перспективи подальших досліджень. В подальшому автори планують дослідити вплив обраної методики на засвоєння елементарних тактичних схем гри у волейбол учнями старших класів.

Список використаної літератури

1. Гузар В., Шалар О., Стрикаленко Є. Особливості індивідуального підходу на уроках волейболу з учнями 7-х класів. Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку: матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції. Переяслав, 2020. Вип. 66. С. 204–208.

2. Дуброва О. Л., Гринченко І. Б. Формування навичок гри у волейбол і баскетбол школярів 5-6 класів на основі застосування рухливих ігор. Спортивні ігри. 2018, № 2(8), С. 12–20.

3. Мітова О. О., Раковська І. А. Волейбол в системі общеобразовательних учебных заведений. Спортивний вісник Придніпров'я. № 1. 2012. С. 84–88.

4. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх

навчальних закладів 5–9 класи (затверджена наказом МОН від 23.10.2017 № 1407). URL: <https://inlnk.ru/WNVNP>

5. Стрельникова Є., Горчанюк Ю., Несен О. Зміни показників технічної підготовленості волейболістів 10–11 років під впливом візуального сприйняття параметрів рухів. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2018. № 2(64), С. 63–67. dOI:10.15391/snsv.2018-2.013

6. Шалар О.Г., Гузар В.М., Решотка Н.О. Спортивна підготовка учнів ліцею на заняттях з волейболу. Спортивні ігри. 2019. № 1(11). С. 58–66. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2543592>.

7. Шалар О. Г., Свирида В. С., Любашенко Д. Роль освітньої складової під час проведення уроків волейболу у 5-х класах. Медико-біологічні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини: збірник наукових праць XVIII Всеукраїнської науково практичної конференції. Випуск 18. Миколаїв: МНУ імені В. О.Сухомлинського, 2018. С. 91–94.