

## РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ НАВЧАННЯ БАСКЕТБОЛУ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

**Родінка О. І.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

**Науковий керівник: к.п.н., доц. Бондаренко В. В.**

Баскетбол є захоплюючою грою, що є ефективним засобом фізичного виховання. Невипадково він дуже популярний серед школярів. Баскетбол, як важливий засіб фізичного виховання та оздоровлення дітей, включений до загальноосвітніх програм середніх шкіл. Тому очевидною є актуальність питання підвищення якості освітньої діяльності та вдосконалення методики навчання школярів навичкам гри в баскетбол. При цьому навчання дітей потребує врахування характеру ігрової діяльності у баскетболі. У зв'язку з цим важливим засобом навчання гри у баскетбол є рухливі ігри.

Необхідність формування ігрових навичок, розуміння дітьми процесу гри, способів вирішення поставлених цілей та завдань в ігровому режимі визначає необхідність використання у процесі вивчення елементів гри у баскетбол рухливих ігор. Характер діяльності дітей у рухливих іграх наближений до дій гравців у баскетболі. Граючи, школярі набувають елементарних навичок володіння м'ячем, оволодівають технікою кидків та передач, а також тактикою гри в баскетбол.

Якість освоєння прийомів гри у баскетбол визначається належним рівнем розвитку фізичних якостей. Рухливі ігри, що містять елементи гри в баскетбол, дозволяють удосконалювати фізичні якості, сприяють прояву швидкості дій, координованості, сили та витривалості, уваги та швидкості орієнтування тощо. Рухливі ігри дозволяють закласти основи організаторських та суддівських навичок, уміння оцінювати поведінку гравців [1].

Незважаючи на те, що як модуль шкільної програми баскетбол вивчається в середній школі, багато вчителів починають формувати елементарні навички гри у дітей у початковій школі. Тоді використання рухливих ігор із дітьми цього віку є доцільним. Ігри більше, ніж будь-які інші засоби фізичного виховання відповідають особливостям організму молодшого школяра і сприяють формуванню елементарних ігрових навичок баскетболіста [2].

Навчання тактиці гри та освоєння технічних прийомів передбачає їх удосконалення в ігровій діяльності. Вирішуючи це, певні рухливі ігри є важливим засобом навчання на етапі вдосконалення.

У науково-методичній літературі з питань навчання школярів гри в баскетбол є численні дані про використання рухливих ігор на різних

етапах навчання, але слабо представлена систематизація ігор і задач, які вирішуються. Ефективність побудови навчання на уроці елементам гри в баскетбол потребує грамотного підбору ігор учителем для вирішення поставлених завдань. Значимість рухливих ігор у процесі навчання школярів навичкам гри в баскетбол не викликає сумніву, проте на практиці виникають проблеми при підборі рухливих ігор з урахуванням віку школярів, конкретизації умов їх застосування для вирішення освітніх та виховних завдань, відповідно до етапу освоєння техніки та тактики гри, рівня підготовленості учнів.

Мета дослідження – здійснити аналіз літературних джерел і дати характеристику рухливих ігор як засобу фізичного виховання

Рухливі ігри є одним із визнаних засобів всебічного фізичного виховання дітей та підлітків у системі загальної середньої освіти та позашкільного виховання. У закладах загальної середньої освіти заняття спрямовані на вирішення навчально-виховних та оздоровчих завдань. Характерна їх особливість – комплексність на організм і всебічний розвиток особистості дитини: фізичний, розумовий, моральний, естетичний і трудовий.

Активна рухова діяльність ігрового характеру і позитивні емоції, що викликаються нею, посилюють всі фізіологічні процеси в організмі, покращують роботу всіх органів і систем. Несподівані ситуації, що виникають у грі, привчають дітей доцільно використовувати отримані рухові навички. Головною особливістю цього виду діяльності є те, що в результаті її здійснюється моделювання різних життєвих ситуацій [3].

У рухливих іграх створюються найсприятливіші умови у розвиток фізичних якостей. Саме у шкільному віці важливо забезпечити високий рівень розвитку швидкості рухів, витривалості, координації, м'язової сили, гнучкості. Під час гри діти діють відповідно до правил, які є обов'язковими для всіх учасників. Правила регулюють поведінку граючих і сприяють виробленню взаємодопомоги, колективізму, чесності, дисциплінованості, а також долати перешкоди, неминучі у грі, сприяє вихованню вольових якостей – витримки, сміливості, рішучості, вміння справлятися з негативними емоціями.

У рухливих іграх дитині доводиться самостійно вирішувати, як діяти, щоб досягти мети. Швидка і часом несподівана зміна умов змушує все нові й нові шляхи вирішення завдань. Усе це сприяє розвитку самостійності, ініціативи, творчості, кмітливості, активності. Ігри допомагають дитині розширити та поглиблювати свої уявлення про навколишню дійсність.

Велике значення мають рухливі ігри для морального виховання. Діти учаться діяти у колективі, підпорядковуватися загальним вимогам. Правила гри діти сприймають як закон, і свідоме виконання

їх формує волю, розвиває самовладання, витримку, вміння контролювати свої вчинки. У грі формується чесність, дисциплінованість, справедливість та ін. Підкоряючись правилам гри, діти практично вправляються моральних вчинках, вчать дружити, співпереживати, допомагати одне одному. Вміле, продумане керівництво грою з боку педагога сприяє вихованню активної творчої особистості. У рухливих іграх удосконалюється естетичне сприйняття світу. Діти пізнають красу рухів, їх образність, вони розвивається почуття ритму. Вони опановують поетичну образну мову.

Правила і зміст гри краще пояснювати у кілька етапів:

1-й етап – ознайомлення з грою (назва, сюжет, основні правила);

2-й етап – подальше вивчення правил;

3-й етап – внесення змін до змісту та правила гри [2; 3].

Етапи вирішення педагогічного завдання у грі проходять значно швидше, а раціонально підібраний ігровий сюжет передбачає корисну віддачу, на яку гра розрахована. Якщо перші два етапи можуть слідувати безпосередньо один за одним, то останній може бути віднесений на наступні заняття. Пояснення корисно проводити дома з розстановкою граючих і розподілом ролей. Тому викладач повинен враховувати особливості підготовленості всієї групи та окремих учнів, підбираючи ігри та ролі у них відповідно до можливостей котрі займаються.

Включення в урок фізичної культури рухливих ігор, ігрових завдань, в яких поєднуються вправи всебічної спрямованості, забезпечує інтегральний вплив на фізичні здібності дитини. У практиці фізичного виховання можна застосовувати різноманітну кількість варіантів вправ, у яких школяр повинен комплексно виявити кілька рухових якостей та показати техніку оволодіння руховими вміннями та навичками. Виходячи із запропонованих програмою початкової школи вправ, де рухливі ігри мають важливе значення, парних може бути від двох до восьми. Учителі рекомендують у 1-2 класах поєднувати не більше трьох варіантів рухів, а в 3-4-х класах не більше 3-4 варіантів:

– односпрямовані вправи, які сприяють розвитку однієї фізичної якості;

– двокомпонентні вправи, сприяють розвитку двох фізичних якостей одночасно у процесі їх виконання;

– інтегральні вправи, створені задля розвитку фізичних здібностей школярів загалом;

– змагання [1].

Саме в ігровій діяльності можна визначити ступінь оволодіння учнями руховими вміннями і навичками. Таким чином, важливо правильно організувати гру в залежності від змісту, черговості виконання завдань, що великою мірою залежить від правильної підготовки до проведення гри.

### **Список використаних джерел:**

1. Андрощук Н. В., Леськів А. Д., Мехоношин С. О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Тернопіль, 2000. 112 с.
2. Безверхня Г. В., Семенов А. А., Килимистий М. М., Маслюк Р. В. Рухливі ігри : з методикою викладання : навчальний посібник. Умань: ВПЦ «Візаві», 2014. 104 с.
3. Упор І. В., Січовик І. Г. Дитячі ігри та розваги. Київ: Просвіта, 2004. 424 с.

## **ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ В ІГРОВИХ ВИДАХ СПОРТУ**

**Рубан Л. С., Горулько Я. В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

**Науковий керівник: к.п.н., доц. Зайцева Ю. В.**

Заняття спортом мають на меті не лише досягнення високих спортивних результатів, але і всебічний гармонійний розвиток людини. Регулярні, систематичні заняття спортом впливають на розвиток фізичних якостей. Успіху у спортивних змаганнях можна досягти не лише за умови техніко-тактичної підготовки, але й передусім, завдяки фізичній підготовці та розвитку фізичних якостей спортсмена.

Ігрові види спорту характеризуються багатим і різноманітним руховим змістом, що зумовлює необхідність уміти швидко переміщуватись, багаторазово змінювати рухи за напрямком і швидкістю, орієнтуватися у просторі, володіти силою, спритністю витривалістю та іншими фізичними якостями. Зважаючи на постійну зміну ігрових ситуацій під час ігор, у спортсменів розвивається вміння миттєво засвоювати нові рухи і швидко змінювати рухову діяльність [1; 3].

Загалом заняття командними ігровими видами спорту сприяють розвитку у підростаючого покоління багатьох цінних умінь і навичок, необхідних для подальшої виробничої та життєвої діяльності. У зв'язку з цим виникає потреба у поглибленні та розширенні системи спортивної підготовки молоді, адже проблема розвитку фізичних якостей є актуальною та потребує подальшого вивчення.

Відомо, що процес тренування включає такі взаємопов'язані види підготовки, а саме фізичної, технічної, тактичної, психологічної, теоретичної та ігрової. Фізична підготовка гравців відіграє важливу роль у сучасній системі спортивної підготовки. Спеціальна фізична підготовка являє собою виховання рухових якостей, здібностей, необхідних спортсменам в їх ігровій діяльності. Фізичні здібності визначаються за показниками швидкості переміщення, динамічної сили