

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ НАВИЧОК ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКІЛ

На основі аналізу літературних джерел вивчено особливості формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу у ДЮСШ як педагогічну проблему. Обґрунтовано педагогічну доцільність формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу. Досліджено вікові і гендерні функціональні можливості дівчат та обґрунтовано структуру формування їх рухових навичок у навчально-тренувальній діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Ключові слова: міні-футбол, рухові навички, диференційований підхід, поліфакторна диференціація, функціонально-діагностична методика, дівчата-спортсменки.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. У позашкільному навчальному закладі одним із основних напрямів є фізкультурно-спортивний або спортивний, які забезпечують розвиток фізичних якостей вихованців, необхідні умови для повноцінного оздоровлення, загартування, змістовного відпочинку і дозвілля, занять фізичною культурою і спортом, підготовку спортивного резерву для збірних команд України, набуття навичок здорового способу життя.

Велику роль щодо рухової активності та практичної реалізації фізкультурно-спортивних завдань відіграють дитячо-юнацькі спортивні школи, які є важливим складником системи позашкільної освіти в Україні. Ефективність їх роботи багато в чому залежить від положень і навчальних програм, що допомагають молодому спортсмену без зайвих витрат нервової та фізичної енергії перейти до розряду дорослих, успішно включитися у стадію підготовки на рівень вищої спортивної майстерності.

При розв'язанні теоретичних і практичних проблем фізичного виховання важливо правильно розуміти сутність розвитку підлітка. У цьому випадку роль методологічної основи навчально-тренувального процесу виконують закономірності й положення наук загальнопедагогічного циклу. У теорії навчання рухових дій такими положеннями й закономірностями вважаємо теорію оптимізації навчального процесу, теорію випереджаючого характеру навчання, вчення про дві зони інтелектуального розвитку, вчення про етапність формування інтелектуальних дій, вчення про програмоване і проблемне навчання, концепція змістовного узагальнення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед великої різноманітності засобів фізичного виховання, що використовуються з метою гармонійного розвитку сучасної людини, одне з провідних місць займають спортивні ігри. У системі розвитку спортивних ігор щільне місце посідає міні-футбол. З появою, розвитком і популяризацією міні-футболу з'явилася можливість використовувати "приховані" педагогічні й методичні можливості цієї гри не лише для хлопців, але й дівчат [4, 5, 6 та ін.].

Упродовж останніх десятиріч у міні-футболі відбулися суттєві кількісні та якісні зміни – він став швидкісним, жорстким, наступальним, прагматичним і раціональним, у ньому постійно зростають вимоги до фізичних, психологічних та інтелектуальних навантажень (А. Беспорочний, 2009; М. Годик, 2006; А. Дулібський, 2007; Г. Лисенчук, 2005; Н. Люкшинов, 2003; Й. Фалес, 2000 та інші) [6, с.170-177].

У зв'язку з розширенням сфери жіночих видів спорту як окремий вид спорту виділився жіночий міні-футбол. Під час навчально-тренувального процесу трапляються випадки нехтування фізіологічними особливостями функціональної діяльності жіночого організму, який має певні відмінності порівняно із чоловічим (В. Геселевич, 1992; І. Городниченко, 1983; Л. Матвеев, 2003; Н. Свечникова, 1981; Л. Федоров, 1995; Л. Шахліна, 2003 та інші).

Зазначене вище свідчить про необхідність урахування функціональних можливостей організму спортсменок під час визначення обсягу тренувальних навантажень для збереження їх здоров'я, зростання спортивних результатів і забезпечення спортивного довголіття [9, с.124].

Водночас проблема підвищення спеціальної підготовки, фізичної працездатності та ефективності ігрової діяльності футболісток відповідно до функціональних можливостей жіночого організму залишається недостатньо вивченою. Недослідженими також залишаються питання диференціації підходів щодо навчально-тренувального процесу футболісток, зокрема в підготовчому періоді річного тренувального циклу. Навчально-тренувальний процес на етапі попередньої і спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ повинен бути тісно пов'язаний із процесом фізичного виховання в загальноосвітній школі (В. Платонов, 2014). Водночас сучасний стан проблеми формування рухових вмінь і навичок учнів загальноосвітньої школи на уроках фізичної культури з пріоритетним застосуванням елементів міні-футболу має низку невирішених питань, оскільки до цього часу відсутні методичні розробки структури формування рухових навичок [7, с.88-93].

Таким чином, проблема розробки теоретичного і експериментального обґрунтування побудови навчально-тренувального процесу з міні-футболу у ДЮСШ на етапі попередньої та спеціалізованої базової підготовки, спрямованої на формування та розвиток рухових вмінь і навичок, є актуальною.

Актуальність досліджуваної проблеми обумовлена також низкою *суперечностей між:*

– рівнем розробленості методичних засад формування рухових навичок у жіночому міні-футболі та недостатньою теоретичною й методичною обґрунтованістю основних напрямів упровадження їх у навчально-виховному процесі сучасних ДЮСШ;

– законодавчою й науковою спроможністю вітчизняної системи підготовки фізкультурно-спортивних кадрів, здатних ефективно розв'язувати проблему збереження і зміцнення здоров'я нації, та недостатнім рівнем практичної підготовки тренерів, учителів фізичної культури до використання багатофакторних диференційованих методик та технологій здоров'язбереження й фізичного розвитку дітей;

– значним потенціалом міні-футболу в підлітковому віці щодо формування рухових навичок дівчат та його недостатнім використанням у практиці навчально-тренувального процесу ДЮСШ;

– необхідністю професійної підготовки тренерів ДЮСШ до формування рухових навичок спортсменок із урахуванням поліфакторної диференціації у процесі занять міні-футболом та недостатньою розробленістю змісту, форм і методів такої діяльності

Проведений аналіз проблеми теорії та методики жіночого міні-футболу засвідчив, що більшість досліджень не враховують індивідуальні, вікові та статеві аспекти тренувального процесу. Наявні методики та тренувальні системи в найтипівішому випадку дублюють аналогічні в чоловічому міні-футболі. Отже, можемо стверджувати, що проблема формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу у практиці роботи ДЮСШ є малодослідженою. Основну увагу приділяють розвитку рухових якостей, вдосконаленню технічних елементів та тактики гри. Водночас фактично відсутні розробки, які б враховували вікові та статеві особливості спортсменок у навчально-тренувальному процесі, майже не досліджено фізіологічний та психологічний аспекти вдосконалення рухових якостей [6, с.174].

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити структуру побудови навчально-тренувального процесу в підготовчому періоді на етапах попередньої і спеціалізованої базової підготовки, спрямовану на формування рухових вмінь і навичок дівчат в процесі занять міні-футболом.

Виклад основного матеріалу дослідження. Нами обґрунтовано структуру формування рухових навичок підлітків у навчально-тренувальній діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Встановлено, що формування рухових вмінь і навичок має певні психологічні, функціональні і, як наслідок, дидактичні особливості. Відповідно до природних психофізіологічних процесів, які протікають в організмі, під впливом багаторазового повторення фізичних вправ, що вивчаються, будується педагогічний процес управління формуванням рухових вмінь і навичок.

Адаптовано концептуальні положення диференційованого підходу до формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу. Диференціація трактується як створення оптимальних умов для розвитку особистості спортсменки, найбільш повного врахування індивідуальних відмінностей, стану здоров'я, типу нервових процесів, особливостей навчальних закладів, соціальних та культурних чинників, властивих кожній ДЮСШ. Внутрішня диференціація передбачає таку організацію навчально-тренувального процесу, за якою врахування вікових та індивідуальних особливостей учнів реалізується в умовах заняття в секції ДЮСШ. Рівнева диференціація характеризується такою організацією навчально-тренувального процесу, під час якої спортсменки, займаючись за однією програмою, мають можливість засвоїти її на різних рівнях. Зміст зовнішньої диференціації полягає в тому, що створюються на основі певних ознак (ігрові амплуа, схильності, досягнуті результати) відносно стабільні групи, у яких зміст освіти й вимоги до спортсменок різняться. Поліфакторна диференціація навчально-тренувального процесу у міні-футболі включає статево, вікову, індивідуально-типологічну диференціацію, диференціацію за психологічними параметрами, за рівнем розвитку рухових якостей та за ступенем тренуваності.

Розроблено та реалізовано комплексну функціонально-діагностувальну методику навчально-тренувального процесу з міні-футболу в підготовчому періоді на етапах попередньої й спеціалізованої базової підготовки. В основу комплексної функціонально-діагностичної методики навчально-тренувального процесу з міні-футболу дівчат покладено нормативні вимоги з фізичної і спортивно-технічної підготовки, наукові й методичні рекомендації з міні-футболу вітчизняних і закордонних тренерів і фахівців, що застосовуються впродовж останніх років для підготовки висококваліфікованих спортсменів. Розроблена нами на засадах диференційованого підходу функціонально-діагностична методика розвитку рухових навичок дівчат засобами міні-футболу містить науково обґрунтовані рекомендації зі структури й організації навчально-тренувального процесу в підготовчому періоді на етапах попередньої й спеціалізованої базової підготовки міні-футболісток, розподіл обсягу основних засобів та інтенсивності тренувальних навантажень у тижневих циклах.

Комплексна функціонально-діагностувальна методика формування та розвитку рухових навичок дівчат засобами міні-футболу складається з двох частин: формувальної і контрольної-діагностувальної. Формувальна частина комплексної методики розвитку рухових навичок дівчат засобами міні-футболу зорієнтована на диференційований підхід, відповідно до якого навчально-тренувальний процес планується та реалізується за поліфакторною диференціацією. Контрольно-діагностувальна частина комплексної функціонально-діагностувальної методики формування та розвитку рухових навичок дівчат засобами міні-футболу має на меті виявити прогалини і помилки в навчально-тренувальному процесі відповідно до поставлених цілей, з'ясувати причини їх виникнення і відповідно коригувати діяльність футболісток та способи управління нею. Отримані результати контролю дають можливість прогнозувати шляхи удосконалення методики тренування в цілому, передбачення засобів удосконалення результатів досягнень окремих футболісток.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Системний аналіз літературних джерел дозволив встановити, що технологічна схема освоєння рухових навичок міні-футболу передбачає такі взаємопов'язані кроки: забезпечення передумов ефективного навчання прийому (необхідний руховий досвід, необхідний рівень розвитку фізичних якостей, теоретичні знання); форми навчання (вивчення елементів техніки на уроці міні-футболу, вивчення під час секційної роботи); елементи технології (система конкретних завдань для вивчення прийому, типові помилки при вивченні прийому і шляхи їх профілактики та усунення); система засобів для розв'язання кожного завдання та профілактики виникнення помилок. Обґрунтовано особливості вікового періоду дівчат відповідно до функціональних можливостей організму.

Виявлено, що формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу у ДЮСШ може бути успішно здійснено за умови: 1) визначення й обґрунтування структури рухових вмінь і навичок дівчат-спортсменок у навчально-тренувальній діяльності ДЮСШ; 2) диференційованого підходу до формування рухових навичок дівчат засобами міні-футболу; 3) реалізації комплексної функціонально-діагностичної методики навчально-тренувального процесу з міні-футболу в підготовчому періоді на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки.

Проведене наукове дослідження не претендує на вичерпне висвітлення проблеми формування рухових навичок дівчат підліткового віку засобами міні-футболу. Подальшого вивчення потребують питання обґрунтування теоретичних та методичних засад інтегральної підготовки та ефективного переходу вихованців до етапів підготовки щодо вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей і удосконалення спортивної майстерності. Дослідження означених проблем стане предметом наших наступних наукових пошуків.

Використані джерела

1. Ареф'єв В. Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) : навч. посіб. для студ. навч. закл. II-IV рівнів акредитації / [В. Г. Ареф'єв, Г. А. Єдинак] ; за ред. В. Г. Ареф'єва. – Кам'янець-Подільський : Абетка-НОВА, 2001. – 384 с.
2. Донець І. О. Моніторинг фізичної підготовленості футболісток дитячо-юнацької спортивної школи у навчально-тренувальному процесі / І. О. Донець 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) Чернігів. – 2012. – 239 с.
3. Платонов В. Н. Переодезация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – К. : Олимп. лит., 2014. – 624 с.
4. Соломонко В. В. Побудова навчально-тренувальних занять з міні-футболу з урахуванням їхнього змісту і спрямованості / В. В. Соломонко, Г. А. Лисенчук, О. В. Соломонко. – К. : Олімп. л-ра, 1995. – 37 с.
5. Shapoval E. Y. Didactic essence of the differential approach to the formation of motor skills in women's mini football / E. Y. Shapoval // Nauka i Studia. Pedagogiczne nauki. Psychologia i socjologia. – Przemysl. – 39 (107) – 2013. – P. 88–93.

Shapoval Ye.

THEORETICAL BASES OF FORMING OF MOTIVE SKILLS OF GIRLS-TEENAGERS ARE IN EDUCATIONAL-TRAINING ACTIVITY OF CHILD-YOUTH SPORTING SCHOOLS

The considers the peculiarities of formation of motional skills of girls by the means of mini-football in Children and Youth Sports Schools as a pedagogical problem by analyzing the literature sources. The pedagogical significance of forming motional skills of girls by the means of mini-football is grounded. Age and gender functional abilities of old girls are analyzed; a structure of motional skills formation in the educational and training activity of Children and Youth Sports Schools is grounded.

The mechanism of polyfactor differentiation in motional skills formation is projected. It includes gender, age, individual and typological differentiation, differentiation by psychological parameters, by the level of motional qualities development and by the degree of fitness.

On the base of the differentiated approach there was developed a complex functional and diagnostic method of educational and training process in mini-football in the preparatory period at the stages of preliminary and specialized basic training in the synergetic unity of formation and control and diagnostic structural and functional parts. Criteria and levels of old girls' motional skills formed by the means of mini-football are determined; the method of formation of motional skills girls by the means of mini-football in Children and Youth Sports Schools is experimentally tested. It is educed that forming of motive skills of girls by facilities to mine-football in Youth Sports Schools it can be successfully carried out for terms: 1) determination and ground of structure of motive abilities and skills of girls-sportswomen in educational-training activity of Youth Sports Schools; 2) the differentiated approach to forming of motive skills of girls by facilities to mine-football; 3) realization of complex functionally-diagnostic methodology of educational-training process from to mine-football in setup time on the stages of previous and specialized base preparation.

Key words: *mini-football, motional skills, differentiated approach, polyfactor differentiation, functional and diagnostic method, girls-athlets.*

Стаття надійшла до редакції 06.09.2015 р.