

РОЗВИТОК ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ 8-9 КЛАСІВ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ

Покас Ярослав, Кузнецова Лариса

Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

Резюме. У статті подано аналіз джерел літератури, які доводять про позитивний вплив футболу на розвиток швидкісних здібностей учнів 8-9 класів.

Summary. The article analyzes the sources of literature showing the positive impact of football on the development of high-speed capabilities of students 8-9 grades.

Актуальність. В наш час існує багато проблем, пов'язаних з фізичним розвитком та рівнем підготовленості молоді. Як відомо, розвиток цих складових фізичного виховання великою мірою залежить від рівня розвитку фізичних якостей дітей.

Однією з найважливіших фізичних якостей являються швидкісні здібності.

Швидкісні здібності – це здатність людини виконувати певні дії за короткий відрізок часу, забезпечуючи успішне рішення задач.

Елементарні форми прояву швидкості в різноманітних поєднаннях і у сукупності з іншими фізичними якостями і технічними навичками забезпечують комплексні прояви швидкісних можливостей у складних рухових діях, які характерні для побутової, виробничої, тренувальної і змагальної діяльності.

На даний час помітно зріс інтерес фахівців до проблеми низького рівня розвитку фізичних якостей школярів старших класів. Відбувається пошук нових методів і засобів розвитку фізичних якостей

На думку багатьох авторів, таких як Джус О. Н., Годик М.А., Бойченко Б.Ф., Чорнобай І.М., одним з кращих засобів що сприяють розвитку швидкісних здібностей виступає футбол, тому що, цей засіб перевірений роками. Також футбол є найпопулярнішою грою в усьому світі, і інтерес до неї лише зростає з кожним днем. Футбол не вимагає особливо складних умов при застосуванні його у шкільній практиці, і однією з головних причин є те що в сучасному футболі робиться великий наголос на фізичну підготовленість займаючихся, відмічається постійний ріст темпу гри, інтенсивності ігрових дій, техніко-тактичні дії виконуються на великих швидкостях, що напряму пов'язано з рівнем розвитку швидкості у футболістів

На даний час у футболі існує багато цікавих, різноманітних, а саме головне ефективних засобів розвитку швидкісних здібностей, які можна успішно застосовувати під час фізкультурних занять у загальноосвітніх школах України.

Футбол дуже популярний рекреаційно-оздоровчий засіб серед учнів і є чудовим компонентом виховання, залучення дітей до занять фізичною

культурою і ведення ними здорового способу життя. Гра у футбол найбільше сприяє різнобічному гармонійному розвитку дітей

Мета. Визначити вплив занять футболом на розвиток швидкісних здібностей учнів 8-9 класів на основі аналізу літературних джерел.

Завдання роботи: проаналізувати науково-методичну та спеціальну літературу щодо ефективності впливу занять футболом на розвиток швидкісних здібностей.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури, педагогічні методи дослідження, соціологічні методи (метод анкетування).

Результати досліджень. У своїх працях Годик М.А. висвітлює різноманітність засобів у футболі які використовуються для розвитку фізичних якостей, в тому числі і швидкісних здібностей. Різноманітність засобів також буде спонукати учнів до відвідування занять з футболу.

Дослідження стосовно розвитку швидкісно-силових якостей під час занять футболом проводив Нечаєв В.І., по результатам яких зрозуміло що заняття з футболу позитивно впливають на розвиток цих якостей. В експериментальній групі було досягнуто необхідного рівня швидкісно-силової підготовки юних футболістів, зросли показники швидкості, абсолютної та вибухової сили, порівняно з початком експерименту, що й підтверджує ефективність застосування футболу як засобу розвитку швидкісних здібностей.

Дослідження, яке стосувалося впливу шкільного програмного матеріалу з футболу на розвиток фізичних якостей школярів проводилося Мозговим О.І. Були отримані результати які говорять про те, що навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладах для 5-9 класів варіативного модуля футбол є ефективною для розвитку фізичних якостей школярів. Систематичні заняття футболом школярів всебічно впливають на організм, підвищують загальний рівень рухової активності, удосконалюють функціональну діяльність організму, забезпечуючи правильний фізичний розвиток.

Висновок. За результатами аналізу літературних джерел ми встановили, що футбол має широкий арсенал засобів для розвитку фізичних якостей, ефективність яких доведена на практиці. Використання засобів футболу у загальноосвітніх закладах несе позитивний вплив на фізичні якості.

Література.

1. Годик М. А. Физическая подготовка футболистов / М. А. Годик. – Москва : Человек, 2009. – 272 с.
2. Нечаев В.І. Методика розвитку швидкісно-силових якостей та витривалості в юних футболістів / В. І. Нечаєв // Слобожанський науково-спортивний вісник : Збірник наукових статей / ХДАФК. – Харків, 2006. – Вип. 9. – С. 66-69.
3. Мозговий О. І. Дослідження впливу шкільного програмного матеріалу з футболу на розвиток фізичних якостей школярів / О. І. Мозговий, О. І. Богушко // Вісник Запорізького національного університету : збірник наукових статей / ред. М. В. Маліков ; Запорізький національний університет. – Запоріжжя, 2010. – № 1(3) : Фізичне виховання та спорт. – С. 173-175.

4. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. Т. 1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – 392 с.

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ УМІНЬ У ПРОЦЕСІ ВИРОБНИЧОЇ (ТРЕНЕРСЬКОЇ) ПРАКТИКИ В ДЮСІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Поліщук Тарас

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Резюме. В статті висвітлені питання формування професійних умінь у процесі педагогічної практики студентів інституту фізичного виховання і спорту, а також закономірності оволодіння знаннями, уміннями і навиками під час проходження виробничої (тренерської) практики.

Summary. The article highlights the formation of pedagogical skills in the pedagogical practices in the students of the Institute of Physical Education and Sports, as well as patterns of acquisition of knowledge, skills and skills during their teaching practice.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Одним із завдань вищої педагогічної школи є підготовка компетентного, конкурентоздатного спеціаліста, який самостійно і творчо може вирішувати професійні задачі у процесі роботи.

Професійна компетентність як пріоритетна характеристика спеціаліста знаходиться під пильною увагою педагогічної науки останнього десятиліття. Чисельна кількість робіт присвячена підготовці майбутнього вчителя, становленню його як спеціаліста-професіонала. На сучасному етапі розвитку вищої школи проблемі вдосконалення педагогічної практики присвячені роботи Л. Хомич, Т. Мишківської, В. Чепікова, О. Щербакова, Н. Кузьміної, Л. Спіріна та ін. Питання багаторівневої підготовки майбутнього педагога розкрито в працях А.А. Вербицького, Т.А. Воронової, В.П. Сергєєвої та ін.

Але в той же час практична підготовка спеціаліста визнається однією з слабких ланок в системі вищої фізкультурно-педагогічної освіти. Багато науковців відмічають наявність розриву між рівнем теоретичних знань і вмінням застосовувати їх при вирішенні педагогічних завдань, що ускладнює процес професійної адаптації в перші роки роботи як в загальноосвітній, так і в спортивній школі і перешкоджає успішному зростанню їх педагогічної майстерності [5, 7].

Однією з причин низького рівня професійної готовності випускників фізкультурно-педагогічних вузів на думку багатьох дослідників є переважна спрямованість традиційного навчання на засвоєння теоретичних знань, де не приділяється належної уваги розвитку вмінь застосовувати набуті знання для вирішення практичних завдань [2]. У результаті виникає ситуація, коли