

РОЗДІЛ II. ПРОБЛЕМИ ЗАГАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

УДК 378.091.39

Наталія Давидова

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
ORCID ID 0000-0002-4537-2428

Олег Пономаренко

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
ORCID ID 0000-0002-6083-968X

Лариса Гришко

Національний технічний університет України «Київського політехнічного
інституту імені Ігоря Сикорського»
ORCID ID 0000-0001-8124-715X

Андрій Скачек

Сумський центр професійно-технічної освіти харчових технологій,
торгівлі та ресторанного сервісу
ORCID ID 0000-0002-4537-2428
DOI 10.24139/2312-5993/2021.10/124-132

РОЗВИТОК РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ТРЕНУВАННЯ ЗАСОБАМИ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ

У статті розглянуті проблеми удосконалення фізичного виховання школярів, особлива увага приділена розвитку рухових якостей засобами настільного тенісу. Проведений експеримент дозволив розробити методику розвитку рухових якостей школярів в процесі фізичного виховання засобами настільного тенісу у позаурочний час. Отриманні дані свідчать про ефективність впровадження експериментальної методики.

Мета роботи розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методику застосування настільного тенісу для розвитку рухових якостей дітей на початковому етапі тренування.

Для вирішення поставлених задач і перевірки вихідних положень використовувались такі **методи дослідження**: теоретичні: аналіз і узагальнення наукової, педагогічної та навчально-методичної літератури, методи моделювання, концептуально-порівняльного та структурно-системного аналізів, які дали можливість з'ясувати сучасний стан теорії і практики організації навчально-виховного процесу, систематизувати та узагальнити інформацію про досліджуваний об'єкт; емпіричні: опитування тренерів, педагогічне спостереження; педагогічний експеримент – проводиться з метою перевірки ефективності впливу впровадженої методики розвитку рухових якостей засобами настільного тенісу; методи статистичної обробки даних використовувались для опрацювання експериментальних результатів дослідження з метою їх якісного та кількісного аналізу та обґрунтування висновків.

Наукова новизна полягає в удосконаленні процесу фізичного виховання школярів у позаурочний час.

Висновки Порівняльний аналіз показників рухової підготовленості експериментальної та контрольної груп дозволив зробити висновок про позитивний вплив розробленої методики розвитку рухових якостей засобами настільного тенісу. Проаналізувавши особливості та структуру занять з використанням засобів

настільного тенісу можна дати практичні рекомендації тренерам, дотримання яких забезпечить зміцнення здоров'я, підтримку працездатності і розвиток функціональних системи організму.

Ключові слова: фізичне виховання, рухові якості, настільний теніс.

Постановка проблеми Науково доведено та обґрунтовано роль та значимість фізичної культури в збереженні та зміцненні здоров'я, що в подальшому призводить до збільшення тривалості життя та покращення його якості (Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту, 2000; Гришко, Дейкун, Носко, М., Носко, Ю., 2017; Носко, Архипов, 2013; Самохвалова, Мелюшкина, Рибалко, 2018). Низка учених (Амелин, Пашинин, 1999; Барчукова, Богушас, Матыцин, 2006; Ландик, Похолоенчук, Артюзов, 2005; Лапицький, Міщенко, Скрипка, 2017; Настольный теніс: руководство для чемпіона, 2016; Leibovitz, 2014), вказують, ефективним шляхом підвищення результативності та покращення рухової діяльності є вдосконалення в обраному виді спорту.

Одним з доступних та цікавих для школярів видів спорту є настільний теніс. Діти для засвоєння технічних прийомів гри у настільний теніс повинні мати належний рівень розвитку рухових якостей. Саме тому, проблема пошуку ефективних шляхів розвитку рухових якостей, підвищення рухової активності та покращення фізичного здоров'я у дітей визначає актуальність даного дослідження.

Аналіз актуальних досліджень. Г. Іванов, аналізуючи тенденції розвитку сучасного тенісу, зазначає, що техніко-тактична модель гравця не раз змінювалася, але завжди найважливішими показниками були:

- рухова координація;
- м'язові відчуття тенісиста: відчуття часу, ракетки, м'яча, підлоги, відстані та ін.;
- психомоторна стійкість і урахування природної асиметрії;
- витривалість;
- мотивація до перемоги;
- ігровий інтелект (Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту, 2000).

Гра у теніс – універсальна рухова діяльність, головною перевагою якої є різноманітний вплив на організм за видами навантаження, об'єму рухових дій, інтенсивності. Теніс має безмежні можливості для удосконалення у будь якому віці, велику кількість техніко-тактичних завдань для інтелектуального розвитку і безліч ігрових ситуацій для тренування психіки (Настільний теніс: навч. програма для дитячо-юнацьких

спорт. шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спорт. майстерності (2000).

Аналіз літературних джерел, дає визначення руховим якостям як окремі сторони моторики людини. Вони проявляються в однаковій формі рухів та енергетичного забезпечення і мають аналогічні фізіологічні і біомеханічні механізми, роботи м'язів. До основних рухових якостей відносяться: сила, швидкість, витривалість, гнучкість і спритність (Носко, Архипов, 2013).

Мета дослідження – розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методику застосування настільного тенісу для розвитку рухових якостей дітей на початковому етапі тренування.

Для вирішення поставлених задач і перевірки вихідних положень використовувались такі **методи дослідження**:

- *теоретичні*: аналіз і узагальнення наукової, психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури, методи моделювання, концептуально-порівняльного та структурно-системного аналізів, які дали можливість з'ясувати сучасний стан теорії і практики організації навчально-виховного процесу, систематизувати та узагальнити інформацію про досліджуваний об'єкт;

- *емпіричні*: опитування, педагогічне спостереження, антропометрія;

- *педагогічний експеримент* – проводиться з метою перевірки ефективності впливу впровадженої методики розвитку рухових якостей засобами настільного тенісу;

- *методи статистичної обробки даних* використовувались для опрацювання експериментальних результатів дослідження з метою їх якісного та кількісного аналізу та обґрунтування висновків.

Результати дослідження Робота виконана на базі ОДЮСША м.Чернігова. В експерименті прийняли участь спортсмені початкової групи навчання відділення настільний теніс, 60 осіб, з числа яких було сформовано контрольну групу (КГ) 30 осіб та експериментальну групу (ЕГ), 30 осіб.

Розроблена методика включала: навчально-методичні рекомендації з тренування, програми тренувальних занять, комплекси навчальних імітаційних вправ, комплекси вправ для розвитку рухових якостей.

На перших заняттях ми закладали фундамент рухової підготовки. Ключовим принципом початкового етапу з настільного тенісу було збереження інтересу до занять, формування стійкої мотивації та потреби у руховій активності. У цей період ми навчали дітей подачі, «утриманню» (перебиванню) м'яча в грі та веденню рахунку. Займалися вивчення ігрових ситуацій на тренуванні, що дозволяло зрозуміти сенс гри. Багато завдань вирішувалося невимушено в ігрових умовах.

Розглядаючи особливості рухових дій у настільному тенісі необхідно звернути увагу на так звану «тенісну координацію», яка необхідна гравцю у непередбачуваних стресових ситуаціях, особливо при дефіциті часу перед ударом. Якщо гравцю притаманна ця здібність то він невимушено, автоматично адекватно обирає необхідний рух у складних умовах, рухова дія виконується швидко і має раціональний характер (Настільний теніс: навч. програма для дитячо-юнацьких спорт. шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спорт. Майстерності, 2000). Саме тому розвитку координації приділялася особлива увага.

Дослідження рівня розвитку рухових якостей проводилося на початку та в кінці року, була сформована контрольна та експериментальна групи, всі досліджувані відносилися до основної групи. Діти контрольної групи займалися за звичною структурою заняття, комплекси вправ включали звичайні ЗРВ; діти експериментальної групи максимально використовували спеціальні вправи настільного тенісу. Для вирішення поставлених завдань нами були обрані наступні вправи для тестування рівня фізичної підготовки: швидкість - біг на 60 метрів, с; витривалість - 1000, м; сила – піднімання у сід за 1 хв, (разів); спритність – «човниковий» біг 4 x 9 м, сек., гнучкість – нахил тулуба вперед, см.. Оцінювання проводилося за п'ятибальною шкалою.

На початку навчального року у контрольній групі незадовільний рівень розвитку рухових здібностей показали 20 % учнів; задовільний – 50 %, добрий - 30 % результати фізичної підготовленості на відмінно не показав жоден досліджуваний (рис. 1).

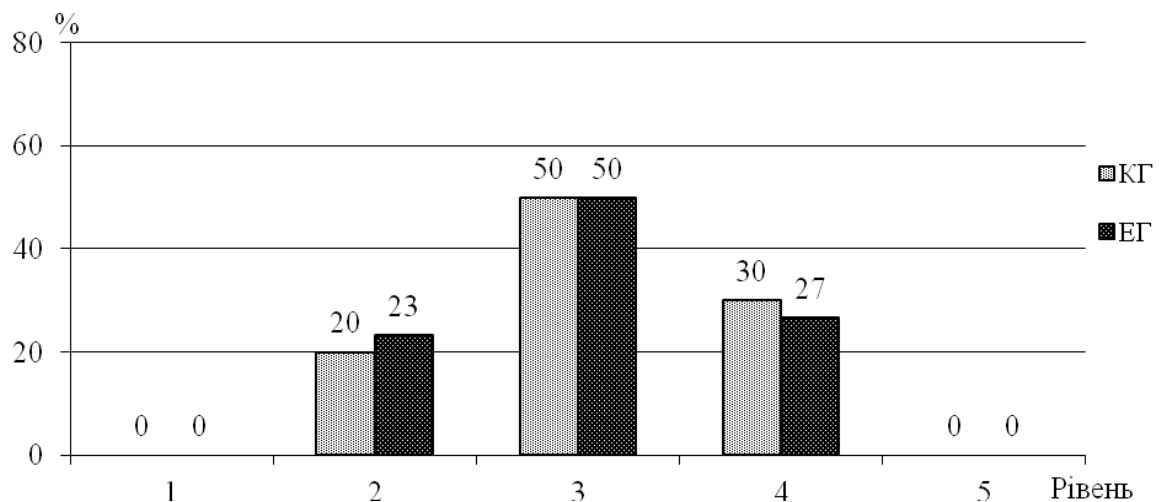


Рис. 1. Показники фізичної підготовленості спортсменів контрольної та експериментальної груп на початку року у %

На початку нашого дослідження незадовільний рівень розвитку рухових якостей в експериментальній групі у 10 %; задовільний – 60 %; достатній рівень – 30 % .

Наприкінці експерименту у контрольній групі не виявлено учнів з незадовільним рівнем розвитку рухових здібностей, задовільний рівень мають 40 %; добрий рівень мають 50 % учнів, а відмінно – 10 %. Порівняльний аналіз отриманих даних на початку та в кінці експерименту у контрольній групі представлено на рис. 2.

В експериментальній групі незадовільний рівень фізичної підготовки на початку року показали 10 % учнів, в кінці року жоден з учнів за своїми показниками на був віднесений до цього рівня. Задовільно показали 10 % учнів, добре – 60 %, а відмінно – 20%.

З рухових якостей, які характеризують фізичний стан дитини, ми обрали ті, які найкраще і різнобічно оцінюють фізичний розвиток учнів, а саме: витривалість, силу, швидкість і спритність.

В кінці навчального року серед дітей, що займалися за експериментальною методикою 10 % показали задовільний рівень фізичної підготовки за досліджуваними показниками; 60 % – достатній, середній рівень; 30 % – високий рівень фізичної підготовки.

Нами проведений порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості в кінці року для експериментальної і контрольної груп (рис. 2.).

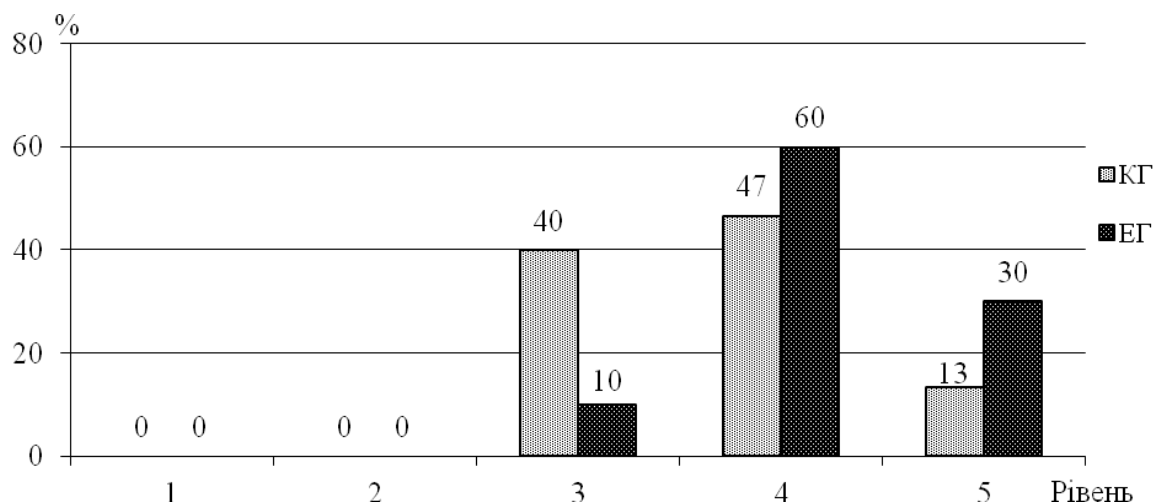


Рис. 1. Показники фізичної підготовленості спортсменів контрольної та експериментальної груп у кінці року у %

Порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості експериментальної та контрольної групи дозволив зробити висновок про позитивний вплив методики розвитку рухових якостей з використанням засобів настільного тенісу. Так у двох групах показники задовільного

фізичного розвитку мають 40 % учнів контрольної групи і набагато менше – 10 % учнів експериментальної групи. Достатній рівень фізичної підготовки відмічається у 50 % контрольної групи і 60 % експериментальної. 30 % учнів, що займалися зі зміненим змістом заняття протягом навчального року показали високий рівень фізичної підготовки, а в контрольній групі таких учнів тільки 10 %.

Тестування розвитку рухових якостей проводилось і за допомогою спеціальних тестів. Використовувались десять тестів, які відображають розвиток рухових якостей та формування основних рухових дій під час гри у настільний теніс. Тестування проводилося на початку і в кінці експерименту, отримані результати були цікавими для тренера, дозволяли проаналізувати особистий розвиток та рівень формування рухової функції кожного спортсмена окремо, але мають великий масив даних і потребують представлення у окремій роботі.

Висновки Для успішного оволодіння технікою гри в настільний теніс достатньо поверхневого уявлення про виконання ігрових рухів. Ефективним доповненням класичного навчально-тренувального процесу є використання імітаційних вправ, мета яких не допустити виконання помилок у ігровій діяльності. Важлива роль в успішній ігровій діяльності займає техніко-тактична підготовка, метою якої є правильне вирішення ігрового завдання шляхом раціонального вибору сил та часу для досягнення спортивного результату, який базується на достатньому рівні розвитку рухових якостей.

Порівняльний аналіз показників рухової підготовленості експериментальної та контрольної груп дозволив зробити висновок про позитивний вплив розробленої методики розвитку рухових якостей засобами настільного тенісу. У двох групах показники задовільного рухового розвитку мають: 40 % учнів контрольної групи і 10 % учнів експериментальної групи. Середній рівень рухової підготовленості відмічається у 50 % контрольної групи і 60 % експериментальної. 30 % учнів, що займалися за експериментальною методикою, мають високий рівень рухової підготовленості, а в контрольній групі таких учнів тільки 10 %.

Проаналізувавши особливості та структуру занять з використанням засобів настільного тенісу можна дати практичні рекомендації тренерам, дотримання яких забезпечить зміцнення здоров'я, підтримку працездатності і розвиток функціональних системи організму. Враховуючи ці особливості тренер може використовувати засоби настільного тенісу під час фізичного виховання школярів.

Перспективним напрямком подальшого дослідження вважаємо аналіз та представлення результатів впливу експериментальної методики на рівень техніко-тактичної підготовленості юних тенісистів.

ЛІТЕРАТУРА

- Амелин, А. Н., Пашинин, В. А. (1999). *Настольный теннис*. М.: Физкультура и спорт (Amelin, A. N., Pashynin, V. A. (1999). *Table tennis*. М.: Fizkultura i sport).
- Барчукова, Г. В., Богушас, В. М., Матыцин, О. В. (2006). *Теория и методика настольного тенниса: учеб. для студентов высш. учеб. заведений*. М.: Академия (Barchukova, G. V., Bogushas, V. M., Matytsin, O. V. (2006). *Theory and methods of table tennis: textbook for university students*. М.: Academy).
- Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту: матеріали Всеукр. наук. конф.* (2000). Суми. (*Biosociocultural and pedagogical aspects of physical education and sports: proceedings of the All-Ukrainian Scientific Conference* (2000). Sumy).
- Бірюк, І. Д. (2014). *Настільний теніс: навч.-метод. посіб.* Рівне: НУВГП (Biriuk, I. D. (2014). *Table tennis: teaching guidelines*. Rivne).
- Гришко, Ю. Ю., Дейкун, М. П., Носко, М. О., Носко, Ю. М. (2017). Руховий розвиток та стан здоров'я школярів та студентів навчальних закладів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки, 142, 126-130* (Hryshko, Yu. Yu., Deikun, M. P., Nosko, M. O., Nosko, Yu. M. (2017). Motor development and health of schoolchildren and students of education institutions. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences, 142, 126-130*).
- Ландик, В. І., Похолоенчук, Ю. Т., Артюзов, Г. Н. (2005). *Методология спортивной подготовки: настольный теннис*. Донецк: Норд-Пресс (Landyk, V. I., Poholenchuk, Yu. T., Artiuzov, G. N. (2005). *Methodology of sports training: table tennis*. Donetsk: Nord-Press).
- Лапицький, В. О., Міщенко, О. В., Скрипка, І. М. (2017). Обґрунтування ефективності методики тренувального процесу юних тенісистів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 147, Т. 2, 192-194* (Lapytskyi, V. O., Mishchenko, O. V., Skrypka, I. M. (2017). Substantiation of the effectiveness of the method of training process of young tennis players. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences. Physical education and sports, 147, Vol. 2, 192-194*).
- Настільний теніс: навч. програма для дитячо-юнацьких спорт. шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спорт. майстерності* (2000). Київ (*Table tennis: educational program for children and youth sports schools, specialized children's and youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sports proficiency* (2000). Kyiv).
- Настольный теннис: руководство для чемпиона (Вернер Шлагер, Берн Гросс)* (2016). Эксмо-пресс (*Table tennis: a guide for the champion (Werner Schlager, Bern Gross)* (2016). Exmo-press).
- Носко, М. О., Архипов, О. А. (2013). Рухові якості, як основні критерії рухової функції людини. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 107, Т. 2, 67-70* (Nosko, M. O., Arkhyrov, O. A. (2013). Motor skills as the main criteria of human motor function. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences. Physical education and sports, 107, Vol. 2, 67-70*).

Самохвалова, І. Ю., Мелюшкіна, В. В., Рибалко, П. Ф. (2018). Настільний теніс як засіб розвитку координаційних здібностей студентів аграрного університету. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки*, 151 (1), 133-136 (Samokhvalova, I. Yu, Meliushkina, V. V., Rybalko, P. F. (2018). Table tennis as a means of developing coordination abilities of students of the Agricultural University. *Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences*, 151 (1), 133-136).

Leibovitz T. (2014). *Ping Pong For Fighters*. CreateSpace Independent Publishing Platform.

Priestley, S., Larcombe, B. (2015). *Expert in a year: The Ultimate Table Tennis Challenge*. CreateSpace Independent Publishing Platform.

РЕЗЮМЕ

Давыдова Наталья, Пономаренко Олег, Гришко Лариса, Скачек Андрей.

Развитие двигательных качеств детей на начальном этапе тренировки средствами настольного тенниса.

В статье рассмотрены проблемы усовершенствования физического воспитания школьников, особое внимание уделено развитию двигательных качеств средствами настольного тенниса. Проведенный эксперимент позволил разработать методику развития двигательных качеств школьников в процессе физического воспитания средствами настольного тенниса во внеурочное время. Полученные данные свидетельствуют об эффективности внедрения экспериментальной методики.

Цель работы – разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить методику применения настольного тенниса для развития двигательных качеств детей на начальном этапе тренировки.

Для решения поставленных задач и проверки исходных положений использовались следующие **методы исследования**: теоретические: анализ и обобщение научной, педагогической и учебно-методической литературы, методы моделирования, концептуально-сравнительного и структурно-системного анализов, позволивших выяснить современное состояние теории и практики организации учебно-воспитательного процесса, систематизировать и обобщить информацию об изучаемом объекте; эмпирические: опрос тренеров, педагогическое наблюдение; педагогический эксперимент – проводится с целью проверки эффективности воздействия внедренной методики развития двигательных качеств средствами настольного тенниса; методы статистической обработки данных использовались для проработки экспериментальных результатов исследования с целью их качественного и количественного анализа и обоснования выводов.

Научная новизна заключается в усовершенствовании процесса физического воспитания школьников во внеурочное время.

Выводы. Сравнительный анализ показателей двигательной подготовленности экспериментальной и контрольной групп позволил доказать положительное влияние разработанной методики развития двигательных качеств средствами настольного тенниса. Проанализировав особенности и структуру занятий с использованием средств настольного тенниса можно дать практические рекомендации тренерам, соблюдение которых обеспечит укрепление здоровья, поддержание работоспособности и развитие функциональной системы организма.

Ключевые слова: физическое воспитание, двигательные качества, настольный теннис.

SUMMARY

Davydova Nataliia, Ponomarenko Oleh, Hryshko Larysa, Scachek Andrii.

Development of children's motor skills at the initial stage of training by means of table tennis.

The article considers the problems of improving physical education of schoolchildren, special attention is paid to the development of motor skills by means of table tennis. The experiment has allowed to develop a methodology of developing students' motor skills in the process of physical education by means of table tennis in extracurricular activities. The obtained data indicate the effectiveness of the implementation of the experimental methodology.

The purpose of the work is to develop, theoretically substantiate and experimentally test the methodology of using table tennis for the development of motor skills of children at the initial stage of training.

The following research methods were used to solve the tasks and check the initial provisions: theoretical: analysis and generalization of scientific, pedagogical and educational literature, modeling methods, conceptual-comparative and structural-systemic analysis, which made it possible to clarify the current state of theory and practice of the educational process organization, systematize and summarize information about the object under study; empirical: survey of trainers, pedagogical observation; pedagogical experiment – were conducted in order to test the effectiveness of the implemented methodology of developing motor skills by means of table tennis; methods of statistical data processing were used to process the experimental results of the study in order to qualitatively and quantitatively analyze them and substantiate the conclusions.

The scientific novelty lies in improving the process of physical education of schoolchildren in extracurricular activities.

Conclusions The comparative analysis of the indicators of motor readiness of the experimental and control groups has allowed to draw a conclusion about the positive influence of the proposed methodology of developing motor skills by means of table tennis. After analyzing the features and structure of classes with the use of table tennis, the practical advice to coaches was given, compliance with which will ensure good health, maintain efficiency and promote development of functional body systems.

Key words: physical education, motor skills, table tennis.

УДК 81'276.11:37.026:81'243

Юрій Полежаєв

Національний університет «Запорізька політехніка»

ORCID ID 0000-0001-9160-6945

DOI 10.24139/2312-5993/2021.10/132-142

КУЛЬТУРНА ГРАМОТНІСТЬ ЯК ЛІНГВОДИДАКТИЧНА КАТЕГОРІЯ

У статті обґрунтовано культурну грамотність як категорію сучасної лінгводидактики. Уточнено її зміст та складові, зіставлено з іншими семантично близькими термінологічними концептами, представленими в педагогічному та гуманітарному дослідницькому дискурсі. Для реалізації мети застосовано загальнонаукові методи дослідження: описово-аналітичний, систематизація й узагальнення – з метою виявлення стану досліджуваної проблеми та з'ясування сутності ключових понять; порівняльний аналіз, синтез, зіставлення поглядів учених і різних підходів до розуміння поняття «культурна грамотність» та його співвідношення з поняттями «міжкультурна грамотність», «культурний інтелект», «міжкультурна компетентність».