

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ,
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Матеріали
Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів,
аспірантів та молодих учених**

м. Миколаїв, 28–29 жовтня 2021 року

Редакційна колегія:

Адаменко О. О., канд. пед. наук, доцент кафедри ТООПС
Бірюк С. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ТООПС
Деркач В. М., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ФВС
Марцінковський І. Б., канд. мед. наук, доцент кафедри ТООПС
Сокол О. В., доцент кафедри ФВС
Савіна О. Ю., канд. техн. наук, доцент кафедри ФВС
Челушкіна М. В., провідний фахівець кафедри ТООПС

Головний редактор:

Кувалдіна О. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент,
завідувач кафедри ТООПС

Матеріали надруковані в авторській редакції.

*За зміст матеріалів і достовірність наведених даних
несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.*

Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини :
А 43 матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів
та молодих учених, 28–29 жовтня 2021 року. – Миколаїв: НУК імені адмірала
Макарова, 2021. – 318 с.

ISBN 978-966-321-436-8

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції:
"Олімпійський рух, олімпійська освіта: історія проблеми, можливості";
"Олімпійський та професійний спорт: проблеми та перспективи розвитку";
"Фізичний стан, контроль фізичної підготовки та успішності фізичного
виховання"; "Адаптивна фізична культура і спорт"; "Розвиток Wellness-індустрії
в Україні та світі". Матеріали конференції становлять науковий інтерес для
науково-педагогічних працівників, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових
співробітників.

Література

1. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. – М.: КноРус, 2020. – 216 с.
2. Зайцев А. А., Зайцева В. Ф., Луценко С. Я. Элективные курсы по физической культуре. Практическая подготовка. – М.: Юрайт, 2020. – 227 с.
3. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. – М.: Юрайт, 2019. – 254 с.
4. Чернов И. В., Ревунов Р. В. Организация учебно-тренировочного процесса по физической культуре в высшем учебном заведении (на примере тяжёлой атлетики). – М.: Лань, 2019. – 104 с.

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ 5-6 КЛАСУ ЗАСОБАМИ ФУТБОЛУ

Урсолов А. С., Марцінковський І. Б.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова, Миколаїв

Актуальність дослідження. Зразкових програмах основної загальної освіти. Вимоги загального характеру до освоєння основних технічних дій і прийомів гри в футбол.

Мета роботи. Аналіз шкільних програм фізичного виховання засобами футболу.

Результати дослідження. Методика загальноосвітніх програми з фізичної культури для учнів середньої школи з футболу вимагає вивчення техніки та тактики футболу. Навчання техніко-тактичних дій футболу розпочинається у 5-му класі. Педагог самостійно займається розробкою програми навчання технічним і тактичним аспектам спортивної гри, використовуючи пропоновану в навчально-методичному комплексі схему розподілу навчального матеріалу.

Розглянемо рекомендації шкільних програм з фізичного виховання, що стосуються навчання футболу в середній школі. А. П. Матвеев пропонує будувати навчання даної спортивної гри за наступним алгоритмом:

1. Вивчення теоретичних основ: футбол як спортивної гри, короткі відомості про історію виникнення і її розвитку. Відомості про основні прийоми гри в футбол;
2. Удар по нерухомому м'ячу внутрішньою стороною стопи: техніка удару, комплекс фізичних вправ для самостійного освоєння і відпрацювання ударів;
3. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи: техніка зупинки м'яча, комплекс фізичних вправ для самостійного освоєння і відпрацювання зупинки м'яча;

4. Ведення м'яча: техніка ведення м'яча зовнішньою стороною стопи, комплекс фізичних вправ для самостійного освоєння техніки ведення м'яча зовнішньою стороною стопи;

5. Техніки ведення м'яча з прискоренням: техніка ведення м'яча по прямій, техніка ведення м'яча по колу, техніка ведення м'яча «змійкою» між стійок;

6. Комплекс вправ, що підводять для самостійного освоєння техніки ведення м'яча різними способами з прискоренням;

7. Техніка передачі м'яча в заданому напрямку на великі відстані;

8. Техніка удару з розбігу по рухомому м'ячу, комплекс вправ, що підводять для самостійного освоєння техніки удару з розбігу по м'ячу.

У програмі В. І. Ляха наводяться наступні вправи і комбінації для навчання школярів футболу:

1. Основні стійки гравців, правила переміщення в стійці приставними кроками, боком і спиною вперед, прискорення, старту з різних положень;

2. Комбінації з вивчених елементів техніки пересувань (переміщення, зупинки, повороти, прискорення);

3. Удари по м'ячу в статичному положенні і в русі;

4. Зупинка м'яча внутрішньою стороною стопи і підшвою;

5. Ведення м'яча по прямій зі зміною напрямку без опору захисника провідною і не провідною ногою;

6. Удари по м'ячу внутрішньою стороною стопи і середньою частиною підйому у напрямку до заданої мети, відпрацювання точного попадання м'ячем у ціль;

7. Техніка виривання і вибивання м'яча;

8. Правила гри в положенні воротаря;

9. Комбінації з освоєних елементів: ведення, удар (пас), прийом м'яча, зупинка, удар по воротах;

10. Комбінації з освоєних елементів техніки переміщень і володіння м'ячем;

11. Тактика вільного нападу, позиційні напади зі збереженням позицій учасників команди;

12. Відпрацювання нападу в ігрових завданнях 3: 1, 3: 2, 3: 3, 2: 1 з атакою і без атаки воріт;

13. Проведення футбольного матчу за спрощеними правилами на спортивному майданчику, ігри та ігрові завдання з елементами футболу.

Обидві програми за змістом методики навчання гри в футбол відповідають вимогам освітніх стандартів. Вони містять загальні рекомендації

щодо принципів та послідовності навчання. На підставі запропонованих програм педагогам належить самостійна розробка методики навчання.

Програма А. П. Матвеева передбачає вивчення теоретичних положень і стосуються спортивних ігор, що буде сприяти не тільки фізичному, а й інтелектуальному розвитку дитини. Однак методика передбачає навчання футболу за спрощеними правилами.

Програма В. І. Ляха, з точки зору технічного та тактичного навчання гри у футбол, видається більш систематизованою і досконалою. Однак при її реалізації в рамках шкільного навчання викладач буде стикатися з проблемами іншого характеру. При проведенні занять фізичною культурою в режимі трьох разів на тиждень середня кількість годин на рік, що відводять на вивчення футболу в 5-6 класах, не перевищує двадцяти. Навчання за запропонованою автором методикою неможливо здійснити в рамках заданого програмою урочного часу. Тому програма В. І. Ляха швидше можлива для реалізації при проведенні занять у пришкільних спортивних гуртках з футболу.

Висновки:

1. Зроблений аналіз програм з фізичного виховання у 5-му класі загальноосвітньої школи, стосовно навчання футболу, запропоновані А. П. Матвеевим і В. І. Ляхом.
2. Обидві програми за змістом методики навчання гри у футбол відповідають вимогам освітніх стандартів. Вони містять загальні рекомендації щодо принципів та послідовності навчання. На підставі запропонованих програм педагогам належить самостійно розробляти методики навчання.

Література

1. Матвеев А. П. Физическая культура. Основная школа. Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2008. – 144 с.
2. Петухов А. В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов / А. В. Петухов. – М: Советский спорт, 2006. – 232 с.
3. Сивохоп Е. М., Маріонда І. І., Шкірта М. І. Теорія і методика викладання футболу/ Сивохоп Е. – М.-У., 2013. – 15 с.
4. Раренко Л. Методичні рекомендації щодо викладання фізичної культури / Л. Раренко. – Додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 01. 07. 2019 р. № 1/11-5966
5. Столітенко Є. Фізичне виховання учнів 1–11 класів у процесі занять футболом / Є. Столітенко. – К., 2011. – 212 с.