

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).11

Гакман А.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Осадець М.
професор кафедри фізичного виховання Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Лимаренко Н.
провідний фахівець Навчально-наукового олімпійського інституту НУФКСУ,
викладач кафедри історії та теорії олімпійського спорту

ДИДАКТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИХ ДІЙ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

Навчання руховим діям необхідно в будь-якій діяльності. У спорті навчання має свою специфіку, суть якої полягає в тому, що основна маса нового пізнається при освоєнні різноманітних рухових дій, які виступають в формі фізичних вправ. Метою даного дослідження було розробити методику навчання рухових дій у волейболі з використанням дидактичних засад навчальної діяльності і розвиваючого навчання та перевірити її ефективність в дослідно-експериментальній роботі. Результати. Показані результати впливу розробленої методики, на вміння диференціювати свої рухові дії і на фізичну підготовленість юних волейболістів. В даному дослідженні була зроблена спроба знайти способи вирішення найважливіших завдань, що стоять перед тренером. Це навчання дітей необхідним технічним

прийомам швидше і ефективніше, ніж за традиційною методикою спираючись на основні моменти теорії навчальної діяльності та розвиваючого навчання. При цьому крім безпосереднього навчання техніці в волейболі в експерименті розвивали особистість і розумові здібності дітей. Для цього учні оволоділи основами навчальної діяльності, пов'язані з умінням аналізувати досліджуваний предмет, виділяти основні і другорядні елементи і їх взаємозв'язок, контролювати їх дії, оцінювати отримані в результаті результати і способи їх досягнення. Перші заняття, в експериментальній групі, показали, що моторна щільність навчально-тренувального заняття дещо знизилася. Це сталося внаслідок затрачання більшого часу на теоретичні розмови, обговорення виникаючих питань, роботі з тренажерною моделлю і випробуванням на ній основних частин досліджуваних рухових дій. Згодом це компенсувалося більш швидким оволодінням технікою рухових дій за рахунок більшої самостійності, більшої активності на заняттях і меншою кількістю помилок.

Ключові слова: методика навчання, технічна підготовленість, волейбол.

Hakman A., Osadets M., Lymarenko N. Didactic peculiarities of technical actions' training method of young volleyball players. Training in motor actions is necessary in any activity. In sports, training has its own specifics, the essence of which is that the bulk of the new is learned in the acquisition of various motor actions that take the form of exercise. The goal of this research was to develop a method of teaching motor actions in volleyball using the didactic principles of educational activities and developmental learning and to test its effectiveness in experimental work. Research findings. The results of the influence of the developed method on the ability to differentiate their motor actions and on the physical preparation of young volleyball players are shown. In this research, an attempt was made to find ways to solve the most important tasks facing the coach. These include children's training of the necessary techniques faster and more efficiently than the traditional method based on the main points of the theory of educational activities and developmental learning. Thus besides direct training of techniques in volleyball in experiment we developed the personality and mental abilities of children. To do this, students have mastered the basics of educational activities related to the ability to analyze the subject under study, identify primary and secondary elements and their relationship, monitor their actions, evaluate the results and ways to achieve them. The first classes in the experimental group showed that the motor density of the training session decreased slightly. This happened due to spending more time on theoretical conversations, discussing the arising issues, working with a training model and testing on it of the main parts of the studied motor actions. Subsequently, this was offset by a faster mastery of the technique of motor actions due to greater independence, greater activity on the classes and fewer mistakes.

Key words: training method, technical preparation, volleyball.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Однією з центральних проблем теорії і методики спортивного тренування є завдання вдосконалення процесу навчання ефективним руховим діям в умовах напруженої спортивної діяльності [3; 8; 12; 13]. Особлива складність цього завдання є в таких рухливих видах спорту як волейбол, де елементарні рухові акти і забезпечують їх моторні і психічні процеси є відповідними, часто непередбачуваними діями, різноманітної просторово-тимчасової структури.

В теорії і методиці навчання рухових дій в спортивній практиці в даний час приділяється недостатньо уваги змісту випереджаючого, розвиваючого навчання [2; 4; 10]. Традиційна методика навчання в волейболі в основному спирається на заучуванні рухових дій в чітко регламентованих умовах, а тренувальний процес носить переважно репродуктивний характер, при якому не враховується в належній мірі особистість тренера і учня, їх змістовне співпраця. Це закріплює виконання рухових дій в конкретних спеціальних умовах і перешкоджає їх узагальненню та застосування в нестандартних ситуаціях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У роботах ряду дослідників розглядаються теоретичні та методичні передумови для вирішення різноманітних завдань ефективного навчання в процесах різного психічного і моторного змісту і спрямованості [1, 5-7, 14]. Сучасними науковцями [1; 3; 6; 7; 9; 11] приділялась увага проблемам в спорті і при навчанні руховим діям в волейболі, де відсутність дослідження з використанням теорії навчальної діяльності, робить дане дослідження досить актуальним.

Методи та організація дослідження. У вирішенні поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури з проблеми роботи, педагогічні спостереження, анкетування, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Дослідно-експериментальною базою дослідження були заняття в групах початкової підготовки першого року навчання в ДЮСШ з волейболу. Дане дослідження було проведено у два етапи.

Перший етап – попередній, під час якого проводилося методологічне обґрунтування і теоретичний аналіз наявних відомостей з обраної теми дослідження, він також включав в себе період підготовки експериментальної методики. Головним завданням протягом цього часу було вивчення можливості застосування теорії навчальної діяльності в навчально-тренувальному процесі в ДЮСШ з волейболу та розробка нового змісту навчання рухам і методики навчання руховим діям на основі даної теорії.

Другий етап – розробка і випробування експериментальної методики проходило на навчально-тренувальних заняттях в групі початкової підготовки першого року навчання в КДЮСШ з волейболу на базі Мілієвської ЗОШ I-III ступенів Чернівецької області. Основний педагогічний експеримент проводився в Карапчівській ЗОШ I-III ступенів Чернівецької області, на базі 5-6 класів була сформована експериментальна група та контрольна група. В експериментальну групу увійшли юні спортсмени, що займаються в секції волейбол на основі розробленої методики. До контрольної групи увійшли учні секції волейбол, що займалися за загальноприйнятою методикою. Кількість респондентів в обох групах було по 15 осіб. Раніше ніхто з учасників експерименту волейболом не займався.

Виклад основного матеріалу дослідження. У волейболі навчання рухових дій за традиційним направленням, також побудовано на тому, що дитина навчається по заздалегідь сформульованій схемі. Юні спортсмени вивчають окремі

елементи техніки, і після засвоєння пробують поєднати їх і виконують рухову дію в цілому. При цьому вони засвоюють знання і освоюють вміння, які даються вчителем вже в готовому вигляді, а в їх утриманні відсутні моменти походження і розвитку досліджуваного предмета.

В результаті правильно організації такого навчання підвищується: позитивна мотивація до занять волейболом; результативність навчально-тренувального процесу; творча активність досліджуваних, інтерес до вивчення техніки рухів, як до способу досягнення результату. Навчання кожному технічному прийому будується таким чином, що спочатку освоюються загальні закономірності всього класу рухів, попередньо виявленого самими дітьми спільно з тренером. Таким загальним діям для технічних елементів в волейболі є - послідовне пружні рухи ногами, руками і корпусом. І тільки потім передбачається освоєння основ техніки конкретної рухової дії (подачі, передач, нападаючих ударів).

Юним спортсменам було запропоновано тренажерна модель у вигляді пружини прикріпленою до нерухомій опорі одним кінцем, до її вільного кінця прикріплюється металева пластина вертикально або горизонтально (за потребою) та невеликий кошик трохи більше за своїми розмірами діаметра м'яча. Над пружиною, на мотузці, прикріпленій до штатива, знаходиться невеликий легкий м'ячик, який можна опустити, підняти вище, або зняти з мотузки.

За допомогою пружинки юні волейболісти грали з м'ячиком, намагаючись усвідомити його рух, відбити м'яч в різних напрямках. Використовували при цьому металеву пластину, яка кріпиться на середину пружини горизонтально поверхні столу. Спільно з тренером учні згадували, з якого елементу техніки починається гра (з подачі), і як вона виконується (однією рукою, над головою б'ють по підкинутому м'ячу). За допомогою тренажерної моделі, прикріпивши металеву пластину вертикально, юні спортсмени намагалися задати м'ячу такий же напрямок, як при верхній подачі, для цього відхиляли пружину, паралельно необхідного напрямку і відпускали її. Далі йде етап застосування отриманих знань, хлопці намагалися виконати подачу. Якщо вона з якоїсь причини не виходила, юні спортсмени спільно з тренером знаходили і виправляли помилки, що заважали виконанню подачі. Подібним чином відбувалося освоєння передач і прийому низу.

При цьому велика увага приділяється формуванню теоретичних знань про основи технічних прийомів волейболіста, при освоєнні рухових дій початківці спортсмени вчать осмислювати сутність цих рухів, що забезпечує розвиток особистості учнів, а також допомагає значно швидше і глибше опанувати технічними елементами гри і згодом домагатися великих успіхів в спортивній діяльності. Перевірка даних знань здійснюється за допомогою анкетування на початку та в кінці педагогічного експерименту.

Технічна підготовленість випробовуваних оцінювалася за 5 основними елементами техніки волейболістів: подача, прийом низу, передача зверху, прямий нападаючий удар, блокування. Анкетуванням оцінювалось рівень засвоєння основ технічних дій. Оцінка технічних нормативів проводилася за кількістю результативних дій з 5 спроб з урахуванням правильності виконання (рис. 1).

Рис. 1. Результати оцінки технічних нормативів знань про основи технічних дій у волейболі на початку та в кінці педагогічного експерименту, бали

Результати в кінці експерименту з технічної підготовленості за всіма видами тестів мають достовірні відмінності між результатами в контрольній та експериментальній групі на користь останньої. Високий ступінь достовірності відмінностей ($p < 0,01$) спостерігається при виконанні передачі низу, передачі зверху і в теоретичному опитуванні про основи технічних дій у волейболі при проведенні анкетування, суттєва перевага мала експериментальна група з достовірністю отриманих відмінностей ($p < 0,05$) при виконанні подачі, блокування і нападаючого удару (рис. 1).

Отже, дані про теоретичну постановку та експериментальне обґрунтування моделі навчання основним технічним діям дітей 9-11 років у волейболі є абсолютно новими. Містить теоретичні та практичні рекомендації, спрямовані на підвищення рівня технічної підготовленості юних волейболістів.

Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку. Аналіз науково-методичної літератури показав, що основними методиками навчання в волейболі в даний час є традиційна методика навчання рухових дій, що спирається на заучування рухових дій в строго регламентованих умовах. Ці методики недостатньо використовують осмислену діяльність спортсменів в навчально-тренувальному процесі, що не дозволяє реалізувати існуючі протиріччя між варіативними критеріями гри і заучування типових рухових навичок в стандартних умовах на тренуванні.

Встановлено, що недостатньо досліджень з розробки методичного забезпечення навчально-тренувального процесу в ДЮСШ з волейболу (особливо на початковому етапі навчання) з використанням теорії навчальної діяльності, основні положеннями якої дозволяють будувати навчання від загального до конкретного з розвитком знань, умінь і навичок в умовах рішення узагальнених навчальних завдань. Ці підходи дозволяють успішно вирішувати протиріччя при формуванні гнучких рухових якостей, адекватних вимогам ігрових видів спорту.

Виявлено ряд унікальних характеристик гри волейбол, що не мають аналогів, багато рухових дій також унікальні в спорті, що вимагають особливої уваги при навчанні.

Розроблено і обґрунтовано методику навчання рухових дій у волейболі, найважливіші компоненти, якої:

- формування інтересу до вивчення техніки основних рухових дій у волейболі і освоєння теоретичних знань;
- рішення загального навчального завдання - гри у волейбол, що дозволяє учням виявити найбільш важливі практичні складові досліджуваних елементів техніки волейболу, їх інтегрування в загальну гру;
- моделювання за допомогою спеціальної тренажерної моделі узагальнених, ігрових рухових дій з пошуком раніше не використаних способів вирішення поставлених завдань.

Доведено ефективність розробленої методики, аналіз результатів педагогічного експерименту показав статистично достовірну ($p < 0,05$) динаміку експериментальних тестових показників. Дана методика навчання рухових дій відрізняється ефективністю в формуванні мотивів і інтересу, що переноситься з результату на спосіб його досягнення. Педагогічний процес, побудований на основі теорії навчальної діяльності, поглиблює і розширює знання про сутність елементів техніки волейболу і закріплює вміння керувати своїми рухами.

Література

1. Бурла А. О. Структура фізичної та технічної підготовки юних волейболістів. Суми, 2017. С. 58–61.
2. Давидов В. В. Проблеми розвиваючого навчання. М.: Директ-Медіа, 2008. 613 с.
3. Ляхова Т. П., Немцева К.. Спортивний відбір юних волейболістів для занять у ДЮСШ. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах, 2019: 2. 29-32.
4. Марков К. К. Педагогические и психологические аспекты деятельности тренера по волейболу в тренировочных и соревновательных процессах: дис...д-ра. пед. наук. М.: РГУФК, 2001. 370 с.
5. Прекурат О., Кошура А. (2019). Навчання руховим діям у волейболі. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура, (32), 103-108.
6. Шевченко О. О., Лучик В. І.. Поточний контроль швидко-силової підготовленості волейболістів 13-14 років. Спортивні ігри, 2016. (2), 63-65.
7. Юшина О. В.. Сучасні технології навчання волейболу. Актуальні проблеми освіти і науки: досвід та сучасні технології, 2020. 260-261.
8. Andrieieva O., Galan Y., Hakman A., Holovach I. Application of ecological tourism in physical education of primary school age children. Journal of Physical Education and Sport, 17 (1), 7-15. DOI:10.7752/jpes.2017.s1002
9. Filipe Manuel Clemente, Fernando Manuel Lourenço Martins, Rui Sousa Mendes. There are differences between centrality levels of volleyball players in different competitive levels? Journal of Physical Education and Sport, 2015(Issue 2). pp. 272-276. doi:10.7752/jpes.2015.02041;
10. Gaetano Raiola. Teaching method in young female team of volleyball. Journal of Physical Education and Sport 2014 (Issue 1), pp. 74-78.
11. Hakman, A., Nakonechniy, I., Moseychuk, Yu., Liasota, T., Palichuk, Yu., Vaskan, I. Training methodology and didactic bases of technical movements of 9-11-year-old volleyball players. Journal of Physical Education and Sport, 17 (4), 2638–2642
12. Hakman, A., Vaskan, I., Kljus, O., Liasota, T., Palichuk, Y., Yachniuk, M. Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. Journal of Physical Education and Sport, 18, 1237-1242.
13. Maria Giannousi, Fereniki Mountaki, George Karamousalidis, George Bebetos, Efthimis Kioumourtzoglou. Coaching behaviors and the type of feedback they provide to young volleyball athletes. Journal of Physical Education and Sport, 2016(Issue 4). pp. 1372-1380. DOI:10.7752/jpes.2016.04219
14. Resende Rui, Sarmiento Hugo, Falcão William, Mesquita Isabel, Fernández Juan. Coach education in volleyball: a study in five countries Journal of Physical Education and Sport, 2014 (Issue 4). pp. 475–484.

References:

1. Burla A. O. (2017). Struktura fizychnoi ta tekhnichnoi pidhotovky yunyk voleibolistiv. Sumy, 2017. S. 58–61.
2. Davydov V. V. (2008). Problemy rozvyvaiuchoho navchannia. M.: Dyrekt-Media. 613 s.
3. Liakhova T. P., Nemtseva K. (2019). Sportyvnyi vidbir yunyk voleibolistiv dlia zaniat u DluSSH. Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor i yedynoborstv u vyshchykh navchalnykh zakladakh, 2, 29-32.
4. Markov K. K. (2001). Pedahohycheskye y psykholohycheskye aspekty deiatelnosti trenera po voleibolu v trenirovochnykh y sorevnovatelnykh protsessakh: dys...d-ra. ped. nauk. M.: RHUFK. 370 s.
5. Prekurat O., Koshura A. (2019). Navchannia rukhovym diiam u voleiboli. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Seriiia: Fizychna kultura, (32), 103-108.
6. Shevchenko O. O., & Luchyk, V. I. (2016). Potochnyi kontrol shvydkisno-sylovoi pidhotovlenosti voleibolistiv 13-14 rokov. Sportyvni ihry, (2), 63-65.
7. Lushyna, O. V. (2020). Suchasni tekhnolohii navchannia voleibolu. Aktualni problemy osvity i nauky: dosvid ta suchasni tekhnolohii, 260-261.

8. Andrieieva O., Galan Y., Hakman A., & Holovach I. (2017). Application of ecological tourism in physical education of primary school age children. *Journal of Physical Education and Sport*, 17 (1), 7-15.
9. Filipe Manuel Clemente, Fernando Manuel Lourenço Martins & Rui Sousa Mendes (2015). There are differences between centrality levels of volleyball players in different competitive levels? *Journal of Physical Education and Sport*, 2015(Issue 2). pp. 272-276. doi:10.7752/jpes.2015.02041;
10. Gaetano Raiola (2014). Teaching method in young female team of volleyball. *Journal of Physical Education and Sport* 2014 (Issue 1), pp. 74 – 78.
11. Hakman, A., Nakonechniy, I., Moseychuk, Yu., Liasota, T., Palichuk, Yu., & Vaskan, I. (2017). Training methodology and didactic bases of technical movements of 9-11-year-old volleyball players. *Journal of Physical Education and Sport*, 17 (4), 2638–2642
12. Hakman, A., Vaskan, I., Kljus, O., Liasota, T., Palichuk, Y., & Yachniuk, M. (2018). Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1237-1242.
13. Maria Giannousi, Fereniki Mountaki, George Karamousalidis, George Bebetos & Efthimis Kioumourtzoglou (2016). Coaching behaviors and the type of feedback they provide to young volleyball athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 2016(Issue 4). pp. 1372 – 1380. DOI:10.7752/jpes.2016.04219
14. Resende Rui, Sarmiento Hugo, Falcão William, Mesquita Isabel & Fernández Juan (2014). Coach education in volleyball: a study in five countries *Journal of Physical Education and Sport*, 2014 (Issue 4). pp. 475 –