

Рис. 1. Рівень сформованості мотивів вивчення студентами педагогіки з використанням ділових ігор (%)

відповідність рівня складності матеріалу рівню розвитку студентів, їх пізнавальним можливостям;

б) невідповідність форм та методів навчання рівню розвитку мотивації студентів, їх пізнавальним можливостям.

Дані рисунка 1 свідчать, що у результаті впровадження у навчальний процес ділових ігор, зокрема для вивчення курсу педагогіки, збільшилася кількість студентів із позитивною мотивацією навчання (третій та четвертий рівні). Якщо до початку експерименту ці рівні мотивації були сформовані у 51,8% студентів, то після їх участі у ділових іграх у 79,0%. Ці дані підтверджують те, що ефективність навчальної діяльності визначається не тільки зовнішніми, а й внутрішніми показниками, серед яких важливу роль відіграють почуття, що виникають під час навчання, ставлення до нього та окремих дисциплін, мотиви навчання.

Висновки.

Усе сказане відповідає принципам навчання й може свідчити на користь використання ігрових технологій, зокрема ділових ігор, у підготовці фахівців. Використання ділових ігор у процесі навчання сприяє формуванню позитивного ставлення до професії вчителя, активізації навчально-професійних інтересів, зростанню зацікавленості студентів майбутньою професійною діяльністю.

Оскільки більшість студентів вважає, що ставлення до предмета залежить від методів викладання, а ігри позитивно впливають на формування цього ставлення, то, на наш погляд, їх слід постійно застосовувати на заняттях з педагогіки.

Крім того, на нашу думку, доцільно впровадити у навчальний процес викладання спецкурсу "Ділові педагогічні ігри в курсі педагогіки."

Ми ставили перед собою завдання, підготувати студентів до майбутньої професійної діяльності засобом ділових ігор. Але ми сподіваємося, що студенти скористаються отриманим досвідом у по-

дальшій роботі і будуть використовувати ігри, як засіб активізації навчально-пізнавальної діяльності учнів.

Література

1. Бобылева О.Н. Оценка психологических компонентов мастерства учителя в ходе его аттестации // Школьные технологии. - 1999. - №1-2. - С.272-276.
2. Вітвицька С.С. Практикум з педагогіки вищої школи: Навч. посіб. за модульно-рейтинговою системою навчання для студентів магістратури. - К.: Центр навчальної літератури, 2005. - 396 с.
3. Долбенко Т. Активізація пізнавальної діяльності підлітків: ігрові технології // Рідна школа. - 2004. - № 10. - С. 36-39.
4. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия / Под ред. Е.А.Левановой. - СПб.: Питер, 2006. - 208 с.
5. Куліш І.М. Чи потрібно студенту гратися? Використання дидактичної гри у підготовці фахівців різних спеціальностей // Гуманітарні науки. - 2001. - № 2. - С. 112-116.
6. Підласий І.П. Практична педагогіка або три технології. Інтерактивний підручник для педагогів ринкової системи освіти. - К.: Видавничий Дім "Слово", 2004. - 616 с.
7. Пидкасистый П.И., Хайдаров Ж.С. Технология игры в обучении и развитии: Учеб. пособ. - М.: Российское педагогическое агентство, 1996. - 272 с.
8. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учеб. пособ.- М.: Народное образование, 1998. - 256 с.
9. Суходольский Г.В. Основы математической статистики для психологов. - Л.: ЛГУ, 1972. - 430 с.

Надійшла до редакції 04.08.2007р.

ПРОГРАМА ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ 15-17 РОКІВ З УРАХУВАННЯМ ІГРОВОГО АМПЛУА

Гамалій В.В., Синіговець І.В., Бишевец Н.Г., Сергієнко К.М.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. У статті представлена програма диференційованої фізичної підготовки у підготовчому періоді річного циклу для волейболістів різного ігрового амплуа. Основу експериментальної програми склали комплекси фізичних вправ для загальної і спеціальної фізичної підготовки. Головною відмінною рисою програми є

зміни обсягів і спрямованості спеціальних навантажень у підготовчому періоді відповідно до особливостей найбільш важливих швидко-силового проявів кожного ігрового амплау.

Ключові слова: фізичний, підготовка, волейбол, амплау. Аннотация. Гамалий В.В., Синиговец И.В., Бишевец Н.Г., Сергиенко К.Н. Программа дифференцированной физической подготовки волейболистов 15-17 лет с учетом игрового амплау. В статье представлена программа дифференцированной физической подготовки в подготовительном периоде годичного цикла для волейболистов различного игрового амплау. Основу экспериментальной программы составили комплексы физических упражнений для общей и специальной физической подготовки. Главной отличительной особенностью программы является изменение объемов и направленности специальных нагрузок в подготовительном периоде соответственно особенностям наиболее важных скоростно-силовых проявлений каждого игрового амплау.

Ключевые слова: физическая, подготовка, волейбол, амплау.

Annotation. Gamaliy V.V., Sinigovets I.V., Byshevets N.G., Sergienko K.N. The program of differentiate of physical preparation volleyballers 15-17 years in a view of game role. In clause the program of differentiate of physical preparation in the preparatory period of a year cycle for volleyballers of various game role is submitted. The basis of the experimental program was made with complexes of physical exercises for common and special physical preparation. A principal distinctive singularity of the program is the modification of volumes and directedness of special loads in the preparatory season according to singularities of the most important velocity force exhibitings of each game role.

Key words: physical, preparation, volleyball, roles.

Вступ.

Підготовка спортсменів у сучасних умовах багато в чому обумовлена ефективністю методів організації і керування тренувальним процесом [2-5].

Планування річної підготовки спортсменів – одна з найважливіших сторін управління тренувальним процесом. Принциповою особливістю річної підготовки є те, що вона будується на основі самостійних структурних утворень, всі елементи яких об'єднані загальним завданням досягнення конкретного стану підготовленості спортсмена, що забезпечує успішний виступ у головних змаганнях [6].

Дослідження Абдель Салам Хусейна, Є.П. Волкова [1], підтверджують пріоритетність розвитку у юних волейболістів швидко-силового здібностей за рахунок розподілу загального тренувального часу фізичної підготовки.

Однак на сьогодні гостро відчувається недостатність спеціальних науково обґрунтованих методичних рекомендацій з питання вдосконалення швидко-силового підготовки волейболістів 15-17 років з урахуванням відмінностей ігрового амплау. У зв'язку із цим виникає необхідність комплексного дослідження змісту та структури тренувального процесу волейболістів з урахуванням відмінностей моторики кожного ігрового амплау та специфіки змагальної діяльності.

Робота виконана за планом НДР Національного університету фізичного виховання й спорту

України.

Формулювання цілей роботи.

Мета роботи – розробити програму фізичної підготовки орієнтовану на розвиток швидко-силового здібностей, на основі диференціації тренувального процесу волейболістів 15-17 років з урахуванням ігрового амплау.

Методи і організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань і одержання об'єктивних даних у роботі використані такі методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, антропометрія, педагогічні тестування, фотометрія, міотонометрія, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Дослідження проводилися на початку та в кінці підготовчого періоду річного циклу підготовки спортсменів на базі ДЮСШ-10 у місті Києві, у Київському спортивному ліцеї інтернату, СДЮСШОР «Чернігівбуд» та обласній ДЮСШ у місті Чернігові. В експериментальних дослідженнях взяли участь 152 волейболісти віком 15-17 років.

Результати дослідження та їх обговорення.

Аналіз змагальної діяльності нападаючих першого темпу показав, що гравці даного амплау із загальної кількості технічних дій за гру в середньому виконують 43 % – блокувань, 22 % – нападних дій, 13 % – виконання подачі, 10 % – виконання другої передачі, 9 % захисних дій, 3 % прийом м'яча після подачі. У нападаючих другого темпу розподіл виконання технічних дій був таким: 24 % – блокування, 21 % – нападні дії, 18 % – прийом м'яча після подачі, 17 % – захисні дії, 11 % – подача, 9 % – друга передача. У зв'язуючих: 55 % – виконання другої передачі, 17 % – блокування; 13% – захисних дій, 9 % – подача, 4 % – нападні дії, 2 % – прийом м'яча з подачі. Гравці ліберо, як відомо, не можуть виконувати атакувальних дій у стрибку і подавати подачу. У зв'язку з обмеженнями в правилах для даного ігрового амплау ми виявили виконання тільки захисних дій – 49 %, прийом м'яча з подачі – 42 %, другої передачі – 9 %.

Для визначення показників, які найбільше впливають на стан підготовленості волейболістів кожного ігрового амплау, ми використовували факторний аналіз, що дозволив нам розглянути комплекс показників: антропометрії, опорно-ресорної функції ступні, тону м'язів, фізичної підготовленості та виявити їхню взаємозалежність. Нами були проаналізовані 30 показників, що характеризують стан окремих систем організму. У результаті обробки даних було отримано 7 факторів і визначена частка впливу кожного фактора на загальну варіацію вибірки для різних ігрових амплау волейболістів (табл. 1).

Запропонована програма фізичної підготовки включає ряд розроблених комплексів фізичних вправ різної спрямованості для ЗФП і СФП. Головною відмінною рисою програми є диференційова-

ний підхід до вдосконалення фізичних здібностей волейболістів у підготовчому періоді відповідно до специфіки змагальної діяльності кожного ігрового амплуа.

Розробка спрямованості програм для кожного ігрового амплуа волейболістів ґрунтувалася на припущенні про те, що підвищення рівня розвитку фізичних здібностей, які характеризують рівень провідних факторів кожного з амплуа волейболістів, буде сприяти підвищенню ефективності змагальної діяльності волейболістів.

На мал. 1 представлена експериментальна структура розподілу часу використання комплексів фізичних вправ для ЗФП у волейболістів різного ігрового амплуа в підготовчому періоді. Розвиток самого значущого фактора для кожного з амплуа займав 40 % часу, наступним двом факторам виділялося по 20 %, іншим – по 10 % від загального обсягу часу, рекомендованого стандартною програмою для розвитку ЗФП.

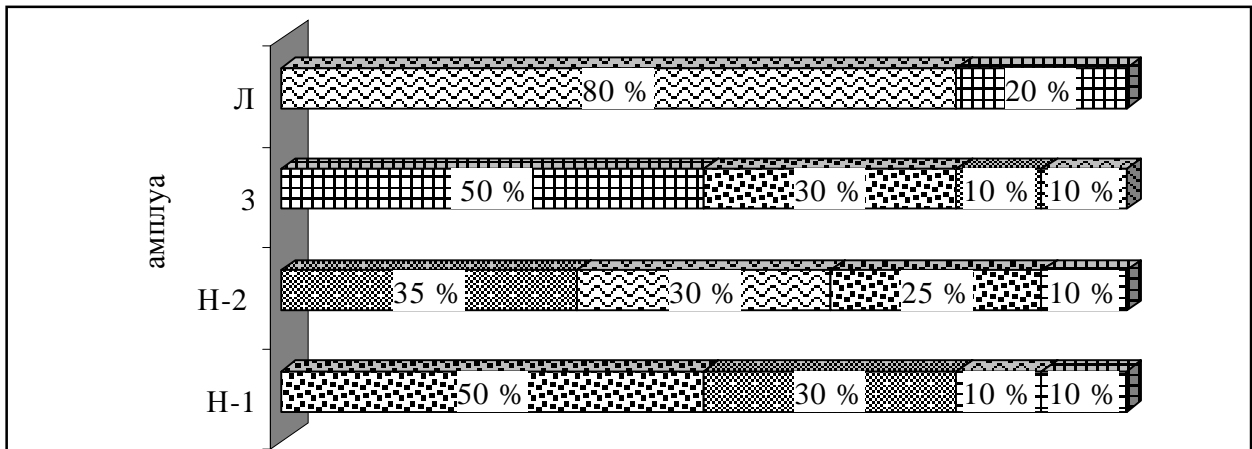
Експериментальний розподіл часу використання комплексів фізичних вправ для вдосконалення СФП проводився залежно від переваги у використанні в змагальній діяльності технічних дій кожним ігровим амплуа (мал. 2); до 80-90 % часу приділялося розвитку спеціальних фізичних якостей, необхідних для ефективного виконання найбільш важливих технічних дій кожного з амплуа, а 10-20 % - на розвиток усіх інших.

Для перевірки ефективності експериментальної програми фізичної підготовки волейболістів різного ігрового амплуа був проведений педагогічний експеримент у СДЮСШОР «Чернігівбуд» і обласній ДЮСШ у місті Чернігові. Експеримент проводився в природних умовах навчально-тренувальних занять протягом підготовчого періоду річного циклу підготовки волейболістів 15-16 років з вересня по листопад 2005 року.

У дослідженнях взяли участь 26 волейболістів 15-16 років ДЮСШОР «Чернігівбуд» експериментальної групи та 21 волейболіст обласної ДЮСШ контрольної групи. Виміри показників швидкісно-силової підготовленості, тонуусу м'язів, опорно-ресорної функції ступні проводилися на початку і наприкінці підготовчого періоду.

Загальний розподіл тренувального часу в





Мал. 2. Експериментальна структура розподілу часу в % використання комплексів фізичних вправ різного спрямування для вдосконалювання СФП у волейболістів різного ігрового амплуа в підготовчому періоді

Примітка:

- - комплекс спеціальних вправ для розвитку здібностей необхідних для ефективного виконання дій нападу;
- - комплекс спеціальних вправ для розвитку здібностей, необхідних для ефективного виконання блокування;
- - комплекс спеціальних вправ для розвитку здібностей, необхідних для ефективного виконання передач;
- - комплекс спеціальних вправ для розвитку здібностей, необхідних для ефективного виконання захисних дій.

контрольній і експериментальній групах в підготовчому періоді був однаковим.

Необхідно відзначити, що наприкінці експерименту у спортсменів обох груп відбулися позитивні зрушення в показниках швидкісно-силової підготовленості, що, цілком імовірно, є результатом навчально-тренувальної роботи в період проведення педагогічного експерименту. Для визначення вірогідності розбіжності у зміні досліджуваних показників було використано непараметричний критерій Манна Уїтні для незалежних вибірок.

Дані дослідження швидкісно-силової підготовленості свідчать, що волейболісти, які входять до контрольної та експериментальної груп тих самих амплуа, на початку експерименту істотно не розрізнялися щодо більшості досліджуваних показників ($P > 0,05$).

Запровадження в підготовчому періоді розробленої нами програми в експериментальній групі зумовило статистично достовірні зміни середньостатистичних значень показників, що характеризують швидкісно-силові здібності волейболістів.

У нападаючого першого темпу спостерігалося збільшення швидкісно-силових здібностей, які необхідні для виконання нападних дій, про що свідчить приріст у таких показниках: метання набивного м'яча вагою 1 кг сидячи – 11 %, стоячи – 11,6 %, у стрибку – 10,7 %; швидкісну силу вистрибування з присіду – 6 %, піднімання в сід протягом 20 с – 9,3 %; силову витривалість – підтягування на поперечині – 21,1 %; згинання-розгинання рук в упорі лежачи – 14,6 %; вибухову силу – стрибок у висоту з місця – 9,1 %, з розбігу 7,9 %; абсолютну силу – сила м'язів розгиначів ніг – 12,7 %; сила м'язів розгиначів спини – 7 %.

У нападаючого першого темпу спостеріга-

лося збільшення швидкісно-силових можливостей, які характеризували виконання атакуючої дії, про що свідчить приріст в показниках: метання набивного м'яча вагою 1 кг сидячи – 11 %, стоячи – 11,6 %, в стрибку – 10,7 %; швидкісну силу - вистрибування з присіду – 6 %, піднімання в сід протягом 20 с – 9,3 %, силову витривалість підтягування на поперечині – 21,1 %, згинання та розгинання рук в упорі лежачи – 14,6 %; вибухову силу - стрибок у висоту з місця – 9,1 % і з розбігу – 7,9 %, абсолютну силу – сила м'язів розгиначів ніг – 12,7 %; сила м'язів розгиначів спини – 7 %.

У нападаючих другого темпу спостерігалася аналогічна тенденція зростання швидкісно-силових можливостей, що обумовлено однаковою для обох амплуа експериментальною структурою розподілу тривалості використання комплексів ЗФП. Приріст досліджуваних показників був таким: метання набивного м'яча вагою 1 кг стоячи – 13,7 %; метання набивного м'яча вагою 1 кг у стрибку – 12 %; вистрибування з присіду – 5,8 %; піднімання тулуба в сід з положення лежачи на спині протягом 20 с – 5,4 %; підтягування на поперечині – 17,6 %; згинання-розгинання рук в упорі лежачи – 13,5 %; стрибок у висоту з місця – 5,2 %; стрибок у висоту з розбігу – 5,4 %; сила м'язів розгиначів ніг – 9,5 %; сила м'язів розгиначів спини – 8,5 %; кількість присідань протягом 20 с – 9,7 %.

У зв'язуючих відмічено збільшення показників: метання набивного м'яча вагою 1 кг стоячи на 11 % і в стрибку - на 10,2 %; кистьової динамометрії правої руки - на 6,5 % лівої - на 6 %; силі м'язів розгиначів ніг на 6,2 %, сили м'язів розгиначів спини - на 7 %; стрибка у висоту з місця - 7,4 % і з розбігу - 7,7 %; у результаті бігу зі зміною напрямку 6Ч5 м. - 5,9 % і бігу зі зміною напрямку 92

м. - 2,4 %.

У ліберо збільшилися показники: у результаті бігу зі зміною напрямку 645 м. - 6 %, результаті бігу зі зміною напрямку 92 м. - 2,9 %; у стрибку у висоту з місця - 7,4 %, стрибку у висоту з розбігу - 6,8 %, стрибку у довжину з місця - 3,4; у показниках кількості вистрибування із присіду протягом 20 с - 6,4 %; піднімання тулуба в сід з положення лежачи на спині протягом 20 с - 10,3 %; підтягування на поперецині - 26,3 %; згинання та розгинання рук в упорі лежачи 15,7 %; присідання протягом 20 с - 8,1 %.

Висновки.

1. Аналіз спеціальної літератури свідчить про те, що серед наукових і методичних робіт відсутні ті, які стосувалися б розробки структури фізичної підготовки волейболістів залежно від ігрового амплуа. Дослідження даної проблеми є на сьогодні актуальним, має істотне теоретичне і практичне значення.
2. Отримані в ході констатуючого експерименту дані дозволили розробити програму фізичної підготовки. Основу експериментальної програми склали комплекси фізичних вправ для загальної і спеціальної фізичної підготовки. Головною відмінною рисою програми є зміни обсягів і спрямованості спеціальних навантажень у підготовчому періоді відповідно до особливостей найбільш важливих швидкісно-силових проявів кожного ігрового амплуа.
3. Достовірні зміни найбільш важливих для кожного ігрового амплуа показників швидкісно-силової підготовленості волейболістів свідчать про ефективність запропонованої нами структури розподілу навантажень у підготовчому періоді річного циклу підготовки.

Подальші дослідження передбачається провести в напрямку вивчення інших проблем фізичної підготовки волейболістів 15-17 років з урахуванням ігрового амплуа.

Література

1. Абдель Салам Хуссейн, Волков Е.П. Особенности планирования развития скоростно-силовых способностей юных волейболистов на этапе начальной подготовки к соревновательной деятельности. <http://www.sport4you.ru/articles/~topicID/19/page/1/articleID/369.html>
2. Гнатчук Я.І. Спеціальна фізична підготовленість кваліфікованих волейболістів //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту // зб.наук.праць за редакцією проф. Єрмакова С.С. - Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. - №1. - С. 24-27.
3. Гринченко І.Б., Поярков Ю.М., Казьмерчук А.П. Конверсія технології спортивної підготовки в навчально-педагогічний процес з дисципліні: «Спортивні ігри з методикою викладання. Волейбол» для факультетів фізичної культури педагогічних ВУЗів //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту // зб.наук.праць за редакцією проф. Єрмакова С.С. - Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. - №12. - С. 46-49.
4. Запорожанов В.А. Контроль в спортивной тренировке. - К.: Здоров'я, 1988. - 144 с.
5. Матвеев Л.П. Теория спорта. -М.: Воениздат, 1997. -304 с.
6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - «Олимпийская литература», К., 2004. - 806 с.

Надійшла до редакції 28.05.2007р.

ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В НАВЧАЛЬНО- ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ НА ПРИКЛАДІ СПОРТИВНОГО ТАНЦЮ

Голованова Наталія, Кобюк Ігор
Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. В статті розглядається питання щодо основних концепцій при створенні електронних посібників для галузі фізичного виховання, а саме для навчально-тренувального процесу на прикладі спортивного танцю. Провівши аналіз електронного довідника виявлено, що його будова, принципи дії базуються на основних дидактичних принципах навчання. Аналіз літературних джерел показав, що інформаційні технології формують новий стиль роботи, який показує психологічно більш прийнятний, комфортний та мобілізуючий творчі можливості та інтелектуальний потенціал людини.

Ключові слова: інформаційний, технологія, навчальний, тренувальний, процес.

Аннотация. Голованова Наталия, Кобюк Игорь. Использование информационных технологий в учебно-тренировочном процессе на примере спортивного танца. В статье рассматривается вопрос основных концепций при создании электронных пособий для отрасли физического воспитания, а именно для учебно-тренировочного процесса на примере спортивного танца. Проведя анализ электронного справочника выявлено, что его строение, принципы действия базируются на основных дидактических принципах обучения. Анализ литературных источников показал, что информационные технологии формируют новый стиль работы, который показывает психологически более приемлемый, комфортный и мобилизующий творческие возможности и интеллектуальный потенциал человека.

Ключевые слова: информационный, технология, учебный, тренировочный, процесс.

Annotation. Golovanova Natalia, Kobuyuk Igor. The usage of information technologies in an educational training process on the example of sporting dance. In the article the question of basic conceptions is examined at the creation of electronic manuals for industry of physical education, namely for an educational training process on the example of sporting dance. Having lead analysis of an electron manual is detected that its constitution, principles of an operation are founded on the basic didactic principles of learning. Analysis of references has shown that information technologies shape new style of work which shows psychologic more comprehensible, comfortable and mobilizable creative possibilities and a mental potential of the person.

Keywords: information, technology, educational, training, process.

Вступ.

На сучасному етапі розвитку освітнього процесу в Україні невід'ємною складовою є використання інформаційних технологій. В навчальному процесі в вузах фізкультурної направленості це твердження набуває специфічного, по своїй суті значення. В практиці фізичного виховання широке застосування знаходить впровадження комп'ютерних технологій, направлених на різні сторони організації, як учбового процесу, так і самостійних занять. Серед таких сторін є: підвищення ефективності учбових занять, оптимізація учбового процесу, індивідуалізація фізичних навантажень тощо.