

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури
Кафедра теорії та методики фізичної культури

Козолуп Сергій Олександрович

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ В ПРОЦЕСІ
ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ**

Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань: 01 Освіта

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник

_____ Д.І. Балашов,

кандидат педагогічних наук,

доцент кафедри ТМФК

« ____ » _____ 2021 року

Виконавець

_____ С.О. Козолуп

« ____ » _____ 2021 року

Суми 2021

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ	3
ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ОРГАНІЗАЦІЙНІ І МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ	8
1.1. Впровадження засобів футболу в закладах загальної середньої освіти.....	8
1.2. Методичні особливості проведення уроку фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи...	16
Висновки до розділу 1.....	23
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	25
2.1. Методи дослідження.....	25
2.2. Організація дослідження.....	32
РОЗДІЛ 3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ З УЧНЯМИ ОСНОВНОЇ ШКОЛ	34
Висновки до розділу 3.....	44
РОЗДІЛ 4. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ З УЧНЯМИ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ	45
4.1. Аналіз констатувального етапу педагогічного експерименту.....	45
4.2. Формувальний етап педагогічного експерименту та аналіз результатів його результатів.....	50
Висновки до розділу 4.....	56
ВИСНОВКИ	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

ЕГ – експериментальна група

ЗЗСО – заклади загальної середньої освіти

ЗФП – загальна фізична підготовка

КГ – контрольна група

НН ІФК – Навчально-науковий інститут фізичної культури

СумДПУ імені А.С.Макаренка – Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

СФП – спеціальна фізична підготовка

ТП – технічна підготовка

ФК – фізична культура

ФКіС – фізична культура і спорт

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасним законодавством, а саме Законами України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про загальну середню освіту» визначено стратегічне завдання – оновлення змісту освіти відповідно до сучасних потреб особистості і суспільства. У ньому також наголошується на пошуку нових форм і методів, які допомагають дітям шкільного віку гармонійно розвиватися та зміцнювати своє здоров'я [18; 19; 20].

Впровадження нової концепції української школи передбачає оновлення навчальної програми з фізичної культури. [31]. Навчальна програма фізичної культури основної школи закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) передбачає впровадження уроків за варіативним модулем «Футбол» [42]. Впровадження футболу в шкільну освіту пов'язане зі значним позитивним впливом цих уроків на організм учнів. Футбольні засоби сприяють універсальному фізичному розвитку, покращують процес оволодіння новими спортивними навичками та одночасно вдосконалюють фізичні якості. У той же час футбол, як форма фізичного виховання, яку люблять діти шкільного віку, може стати одним із ефективних інструментів формування у школярів позитивного ставлення до спортивних цінностей, а отже, стати одним із основних факторів, що впливають на фізичне виховання. Тому сьогоденний футбол має особливе значення для виховання молоді.

Враховуючи освітнє, соціальне та оздоровче значення футболу, створено систему освіти: урок фізичної культури за варіативним модулем «Футбол» – секційні заняття з футболу в ЗЗСО – змагання серед шкільних секцій з футболу – змагання серед ЗЗСО [10].

Проблему побудови уроків та секційних занять з футболу в ЗЗСО досліджували А. Васильчук (2007), Д. Деменков (2014), А. Попов (2000), К. Віхров, Є. Столітенко (2016), В. Костюкевич (1997, 2006), А. Федецький (2018). та ін.

На теперішній час добре вивчені питання щодо відбору юних

футболістів: Б. Бойченко (2003), Л. Качані (1984), А. Золотарьов (1997) та ін.; планування тренувального процесу Г. Голденко (1984), Г. Лисенчук (2004), В. Ніколаєнко (2015) та ін.; розвитку фізичних якостей футболісті різних вікових груп Г. Зонін, В. Шамардін (1984); Л. Волков (1988); М. Булатова (1996) та ін.

Хоча деякі аспекти дослідження проблеми розглядають в окремих працях, потребує вдосконалення методика проведення уроків фізичної культури з учнями основної школи в процесі занять футболом в ЗЗСО.

Об'єкт дослідження – методика проведення уроків фізичної культури з учнями основної школи в процесі занять футболом.

Предмет дослідження – фізичне виховання учнів основної школи в процесі уроків фізичною культурою.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні й експериментальній перевірці методики проведення уроків фізичної культури учнями основної школи в процесі занять футболом.

Відповідно до мети сформульовано такі **завдання**:

1. Проаналізувати законодавчі та нормативно-правові основи, наукову та методичну літературу з проблеми дослідження.
2. Визначити рівень навчальних досягнень учнів основної школи на уроках фізичної культури в процесі занять футболом.
3. Удосконалити методика проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи.
4. Експериментально перевірити ефективність методики проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи.

Для вирішення поставлених завдань застосовано такі **методи**:

- *теоретичні* (аналіз та узагальнення законодавчих та нормативно-правових основ, наукової та методичної літератури з проблеми дослідження);
- *емпіричні* (анкетування, педагогічне тестування, педагогічне

спостереження за суб'єктами освітнього процесу);

- *педагогічний експеримент* – констатувальний та формувальний – для перевірки ефективності запропонованої методики;
- *статистичні* (оброблення і порівняння результатів кількісного та якісного аналізу одержаних даних).

Наукова новизна дослідження. З'ясовано законодавчі та нормотивно-правові основи впровадження в процесі занять футболом з учнями основної школи в закладах загальної середньої освіти. Удосконалено та експериментально перевірено методику проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи.

Теоретичне значення полягає у теоретичному обґрунтуванні та удосконаленні методики проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи з метою покращення якості фізичного виховання в ЗЗСО.

Практичне значення. Удосконалену методику проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи може бути впроваджено в практику закладів загальної середньої освіти.

Апробація отриманих результатів дослідження здійснювалась на I міжнародній науково-практичній конференції: «Цифрові технології в процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання» (Суми, 2021); XXI Міжнародній науково-практичній конференції молодих учених: «Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення» (Суми, 2021).

Публікації. Матеріали роботи були опубліковані в збірниках наукових праць:

1. Козолуп С. О., Балашов Д. І. Застосування засобів футболу на уроках фізичної культури. *Цифрові технології в процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання* : матеріали I міжнародної науково-практичній конференції : відповід. ред. Д. В. Бермудес. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. С. 85-86.

2. Балашов Д. І., Козолуп С. О. Методика проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення* : матеріали XXI Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. Т. 1. С. 23-28.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається з переліку умовних скорочень, вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел (64 найменувань). Робота містить 9 таблиць, 4 рисунки.

Загальний обсяг кваліфікаційної роботи становить 67 сторінки, із них основний текст – 60 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ОРГАНІЗАЦІЙНІ І МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

1.1. Впровадження футболу в закладах загальної середньої освіти

У Законах України «Про освіту» «Про вищу освіту», «Про загальну середню освіту» визначено, що метою вітчизняної освіти є «всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству, збагачення на цій основі інтелектуального, економічного, творчого, культурного потенціалу народу України, підвищення освітнього рівня громадян для забезпечення сталого розвитку країни та її європейського вибору» [19].

Законом України «Про фізичну культуру і спорт» метою фізичної культури у сфері освіти визначено «розвиток фізичного здоров'я учнів та студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності за принципами індивідуального підходу, пріоритету оздоровчої спрямованості, широкого використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання і масового спорту, безперервності цього процесу протягом усього життя» [21].

Сьогодні педагоги не лише надають значення освіті та навчанню, але й надають значення здоров'ю молодих учнів. У рекомендаціях парламентських слухань щодо становища молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя» зазначено, що питання формування і зміцнення здоров'я школярів

залишається складним і навіть загрозливим для національної безпеки України» [46].

Тому дослідження І. Калініченка встановило, що 24% дітей шкільного віку становлять здорову групу дітей, 32% страждають від дисфункції, а 44% страждають хронічними захворюваннями. Структура поширеності дитячих захворювань в основному складається із захворювань дихальної системи (48,6%), органів травлення (7,9%), очей та їх приналежностей (5,4%), захворювань ендокринної системи, порушень харчування та обміну речовин (5,3%), захворювання шкіри та підкіркових тканин (4,6%), захворювання опорно -рухового апарату та сполучної тканини (4,5%), інфекційні та паразитарні захворювання (3,5%), неврологічні захворювання (3,3%) [28].

Національна стратегія рухової активності на період 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» проаналізовано сучасні умови вдосконалення системи оздоровчої рухової активності. Згідно з повідомленнями, на початку 21 століття лише 3% населення віком від 16 до 74 років мали достатній рівень фізичної активності (тобто щонайменше 4-5 уроків на тиждень, а урок триває о не менше 30 хвилин), середній рівень – 6% (2–3 заняття на тиждень), низький рівень – 33% населення (1–2 заняття на тиждень). Встановлено, що гіпокінезія характерна для більшості дорослого населення. Серед дітей все більш популярним стає «сидячий» спосіб життя [54].

Тому стан здоров'я школярів, низький рівень фізичної активності та смертність у процесі занять сприяли реформам у сфері фізичного виховання. Одним із ключових її етапів є формулювання та впровадження концептуальної нової навчальної програми фізичної культури для ЗЗСО [27].

Таким чином «Колегією Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 11 листопада 2008 року було прийнято спільне рішення щодо розроблення нової навчальної програми з фізичної культури для учнів 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів» [33].

Одним із видів уроків фізкультури на спортивних змаганнях, що вводиться до навчальної програми як окремий модуль, є футбол, який є найпопулярнішим і доступним засобом фізичних виховання та зміцнення здоров'я для учнів різного шкільного віку

Глибокий аналіз досліджень різних авторів представлено в дисертації М. Марущака «Методика оцінювання навчальних досягнень учнів основної школи в процесі занять футболом» Тому автор досліджував доцільність методу впровадження елементів навчання футболу та особливості побудови та розвитку шкільних футбольних занять.

А. Васильчук, К. Віхров, В. Костюкевич, Р. Мішаровський, А. Попов, Є. Столітенко, В. Шаленко та ін. При цьому М. Марущак зауважив, що «В. Шаленко розглядає футбол як засіб розвитку фізичних якостей школярів, а А. Васильчук розробив технологію навчання футболу в системі закладів загальної середньої освіти учнів основної та старшої класів. Дослідником з'ясовано, що сучасними науковцями (В. Алов, Б. Бойченко, В. Ніколаєнко) добре вивчені питання щодо відбору юних футболістів; прогнозування спортивних здібностей (П. Осташев); організації навчально-тренувального процесу (О. Джус, Н. Догадін, В. Шамардін); факторної структури показників фізичного стану дітей у залежності від занять футболом визначив (Р. Ярій); функціональної підготовленості футболістів шкільного віку (В. Романюк, В. Чижик); методик навчання елементам футболу старшокласників на уроках фізичної культури й секційних заняттях з футболу (А. Васильчук, В. Ніколаєнко)» [34; 35]. Д. Бермудес з'ясовано, що Перша спроба реалізувати принцип варіативності у ЗЗСО відбувалася на початку 2000 – х років [8].

Тому після проголошення Україною незалежності футбол значно розвинувся. Третій урок фізичного виховання вводиться як окремий урок футболу, що затверджено листом «Міністерства освіти і науки України від 23.07.2001 № 1/9–264. В ЗЗСО відбувся значний поштовх у розвитку шкільного футболу. Проведення третього уроку фізичної культури у школах

України передбачено Законом України «Про фізичну культуру і спорт» (запроваджено в дію «Постановою Верховної Ради України», від 24 грудня 1993 р. та Цільовою комплексною програмою «Фізичне виховання – здоров'я нації», яку затверджено «Указом Президента України») [53].

Також здійснення програми було розвиток футболу на 1997 – 2002 рр. Також це зазначено і в інших державних документах, таких як «Постанова Кабінету Міністрів України» від 13 липня 2004 р. № 904 та в «Комплексній програмі розвитку футболу на 2004 – 2008 рр.» [45]. Пізніше, на основі цих документів 30 листопада 2005 року був укладений «Договір про взаємодію Міністерства освіти і науки України і Федерації футболу України щодо розвитку шкільного футболу в загальноосвітніх навчальних закладах України в 2005 – 2008 рр.» [15]. 11 грудня 2012 року вищезазначена угода була продовжена до 2013-2016 років, відповідно до угоди, дві сторони визначають відповідальність за розвиток українського шкільного футболу.

Визначити спільну відповідальність спільних дій до Міністерства освіти і науки України і Федерації футболу України віднесли [53]:

– щорічно проведення разом з Асоціацією аматорського футболу України Всеукраїнських змагань на призи клубу «Шкіряний м'яч»;

– щорічно проведення національних турнірів зі шкільного футболу;

– спільно з SIDA – Шведським агентством міжнародного розвитку і Міністерством внутрішніх справ України та «Чесна гра»;

– організація роботи регіональних центрів розвитку дитячо-юнацького футболу, з використанням зазначених вище соціальних проектів;

– розробка та впровадження в роботу шкіл нових методичних матеріалів зі шкільного футболу для вчителів фізичної культури та учнів, залучення до створення наукового та методичного забезпечення провідних фахівців футболу;

– проведення підвищення кваліфікації для вчителів фізичної культури з теорії і методики навчання футболу в школі;

– впровадження і проведення заохочувальних Всеукраїнських заходів для вчителів фізичної культури та учнів: проведення конкурсу на кращий інноваційний урок фізичної культури та кращий урок з елементами футболу;

– щорічний звіт і аналіз на спільних засіданнях і Всеукраїнських семінарах щодо стану розвитку шкільного футболу та ходу виконання цього договору;

– сприяння популяризації шкільного футболу та широкому висвітленню спільних заходів у засобах масової інформації.

Відповідно до угоди, обов'язки Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України включають проведення освітньої діяльності та допомогу в організації футбольних секцій у школі, починаючи з початкової школи. Основні напрямки діяльності Української футбольної асоціації з точки зору матеріального забезпечення визначаються індивідуально.

Однак, аналізуючи програму для гуртків з футболу для учнів 1 – 11 класів О. Томенко, Д. Деменков наголошують, що діюча програма потребує удосконалення, а саме щодо:

– «урахування наступності програмно-нормативного забезпечення між молодшою та середньою школою;

- урахування базових умінь та навичок, які повинні отримати школярі відповідно до програми;
- урахування наступності у вивченні елементарних теоретичних знань з фізичної культури між початковою та середньою школою;
- установлення взаємозв'язку програмного матеріалу гуртків з футболу між школою м'яча та варіативним модулем «футбол»;
- впровадження до змісту навчальної програми орієнтовної сітки розподілу навчальних годин;
- впровадження до змісту пояснювальної записки, яка б у повній мірі розкривала особливості реалізації навчальної програми;
- доповнення змісту програми орієнтовними контрольними нормативами фізичного розвитку та підготовленості школярів;
- уточнення та доповнення вправ для розвитку фізичних якостей у різних вікових періодах» [53].

Отже, аналізом публікацій різних авторів з'ясовано, що протягом 2008–2013 років відбувся стрімкий розвиток програмного матеріалу щодо впровадження уроку фізичної культури з елементами футболу [33] та в гуртковій роботі з футболу у загальноосвітніх навчальних закладах [37].

Дослідниками О. Томенко, Д. Деменковим зазначено, що з роками для закладів загальної середньої освіти були розроблені та впроваджені деякі методичні розробки, зокрема теоретичні матеріали, футбольні прийоми, методи тактики викладання, фотографії та відеопрезентації, а також для розвитку самостійного навчання. Тактичні елементи, планування документації та контроль учнівської спортивно -технічної підготовки [53].

В публікації «Сучасний стан організаційно-методичного забезпечення гурткових занять з футболу зі школярами» О. Томенко, Д. Деменков визначили проблемні сторони розвитку футболу:

- «недостатню законодавчу базу щодо забезпечення розвитку футболу;
- недостатньо неврегульований механізм співпраці між центральними і місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, Федерацією футболу України, іншими суб'єктами діяльності у футболі;
- припинення програми впровадження у загальноосвітніх навчальних закладах уроків фізичної культури з елементами футболу;
- неналежні матеріальні і технічні умови для занять футболом у загальноосвітніх навчальних закладах, оскільки більшість шкільних майданчиків знаходяться в непридатному стані та є травмонебезпечними;
- відсутність централізованих програм будівництва майданчиків із природним і штучним покриттям для шкільного футболу, наборами інвентарю, екіпіровки та методичних матеріалів;
- розбалансованість системи залучення дітей та молоді до масових занять футболом за місцем проживання та у місцях масового відпочинку населення;
- відсутність належної кількості облаштованих та доступних місць для занять футболом різних груп населення;
- малоефективні дії держави, громадськості та приватного сектору щодо популяризації занять футболом;
- недостатня кількість сучасних спортивних споруд, які належать до державної або комунальної власності та невідповідність міжнародним стандартам переважної більшості з існуючих таких споруд;
- невідповідність сучасним вимогам науково-методичного та медико-біологічного забезпечення розвитку футболу» [53].

На цьому етапі фізичне виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів набуває все більшого значення як основне питання збереження здоров'я та збільшення рухової активності. Предмет «Фізичне виховання» є універсальним засобом розвитку особистості у багатьох аспектах, його

навчальний процес спрямований на зміцнення здоров'я учнів, їх фізичний розвиток та набуття необхідних важливих здібностей за допомогою спорту та фізичних вправ. [10].

Запровадження футболу як окремого варіативного модуля в шкільній освіті пов'язане зі значним позитивним впливом гри на організм школярів. Засоби футболу, формування основних рухових навичок, покращують оволодіння новими процесами і водночас покращують фізичні якості. У той же час футбол, як форма фізичного виховання, яку люблять діти шкільного віку, може стати одним із ефективних інструментів формування у дітей позитивного ставлення до спортивних цінностей, а отже, стати одним із основних факторів, що впливають на фізичне виховання. Тому сьогоденній футбол має особливе значення для виховання молоді [10].

Виходячи з цього, велике значення має теоретичне обґрунтування, вдосконалення та впровадження методів навчання фізичному вихованню у процесі футболу основної школи, це є важлива актуальним напрямком теорії та методики фізичного виховання.

1.2. Методичні особливості проведення уроку фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи

Урок фізичної культури в процесі гри у футбол з учнями має певну послідовність та структуру. Урок є основною формою організації фізичної культури в ЗЗСО, метою якої є: формування потреби у регулярних фізичних вправах, зміцнення здоров'я та підтримка належного рівня фізичної підготовки протягом усього життя. Урок футболу має свою структуру та зміст [9]. Урок фізичної культури в процесі гри у футбол з учнями традиційно складається з трьох частин: підготовчої, початкової та заключної (рис. 1.1.).

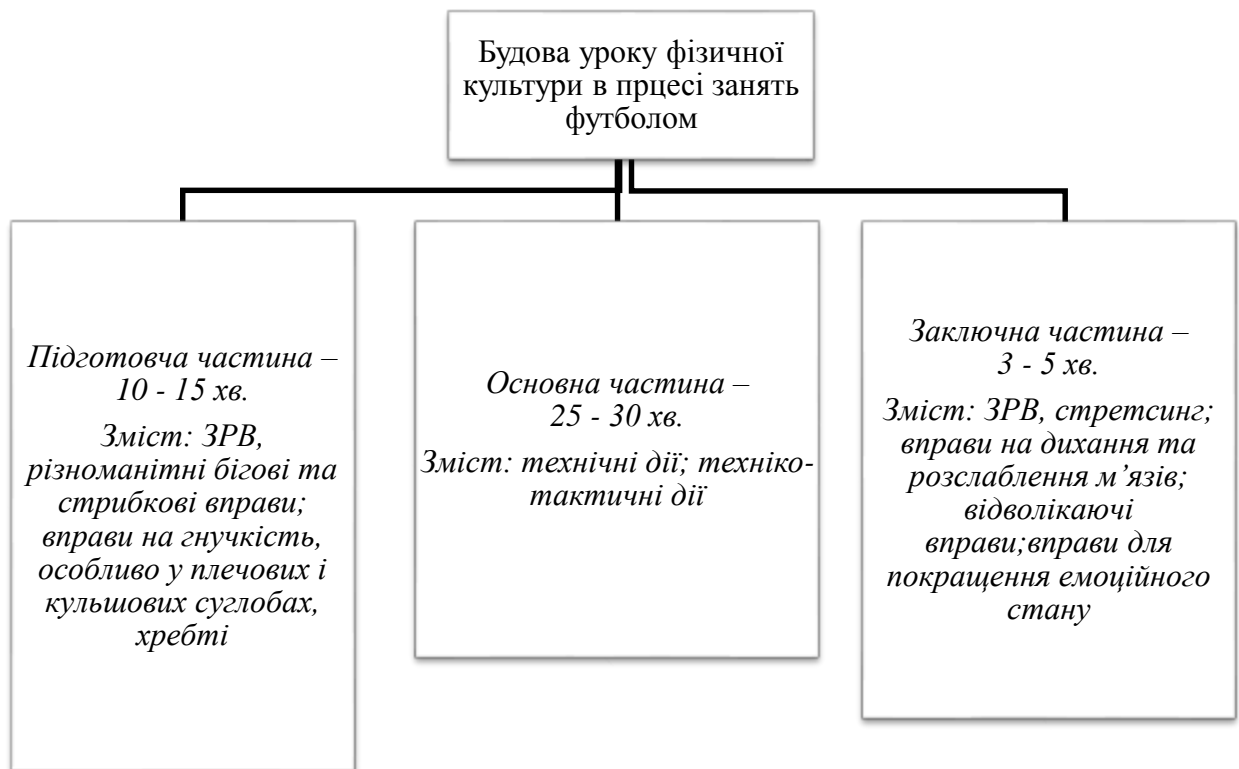


Рис. 1. Будова уроку фізичної культури в процесі занять футболом

Зміст уроку фізичної культури в процесі занять футболом – це визначений добір засобів фізичного виховання і пов'язаних з ними знань, спільна діяльність учня і вчителя, а також результати цієї діяльності.

Структура уроку - це послідовне розташування часу та простору для

всіх взаємопов'язаних частин змісту. У кожній частині уроку у процесі занять футболом вирішуються різноманітні завдання.

Вправи, які використовуються у підготовчій частині, передбачають:

поступове підвищення частоти серцевих скорочень;

збільшення температури тіла;

підготовку опорно-рухового апарату до подальшого навантаження і посилення постачання крові до м'язів;

збільшення рухливості в суглобах.

Основна частина уроку спрямована на вирішення освітніх завдань уроку ФК в процесі занять футболом.

У заключній частині уроку під час гри у футбол використовуються вправи, що дозволяють:

поступово знизити обмінні процеси в організмі;

знизити частоту серцевих скорочень до вихідного рівня.

Зазначимо, що кожна з частин уроку ФК в процесі занять футболом специфічна, розрізняється фізіологічною спрямованістю, змістом і технікою

вправ, а також величиною і прийомами регулювання навантаження.

Ефективність уроку ФК в процесі занять футболом визначається фізичним навантаженням: обсягом і інтенсивністю фізичних вправ. Фізичне навантаження – це вплив фізичних вправ на організм людини. Тривалість і кількість повторень усіх вправ у занятті характеризують навантаження. При безперервній роботі протягом тривалого часу обсяг дорівнює тривалості навантаження.

Величина навантаження характеризується його обсягом та інтенсивності. Величина навантаження – це міра дії фізичних вправ. Ця міра визначає кількість і якість вправ з одного боку, а з іншого боку реакцію організму на вправу.

Обсяг навантаження – це загальний вплив фізичних вправ на організм людини. Інтенсивність навантаження – це кількість виконаної роботи за одиницю часу або кількість виконаних комбінацій [7].

У кожному заніті ФК з використанням футбольних засобів вчителя повинні прагнути досягти якомога більшої кількості корисних фізичних навантажень. вирішальне значення при цьому має бути загальна і моторна щільність уроку.

Під загальною щільністю означає відношення ефективного використання часу викладання до тривалості всього уроку. Загальна щільність уроку повинна бути близькою до 100%. Однак часті перестановки учнів, заміна інвентарю та обладнання, тривалі паузи між вправами та порушення дисципліни, тобто неефективні дії у навчанні, призвели до зменшення загальної щільності [16; 63].

Моторна щільність – це відношення часу, безпосередньо використаного для виконання вправ, до загального часу заняття. Щільність вправ має бути найкращою для учнів будь -якого віку. Досягнення найкращої спортивної щільності на уроці ФК в процесі занять футбол передбачає ретельне планування всього навчального процесу та кожного уроку окремо, а також попередню підготовку до співпраці зі школярами. На величину

щільності вправ впливають такі фактори, як вибір місця проведення, кількість та розташування обладнання, вибір методу організації занять, вибір окремих вправ та елементів та тривалість пояснень вчителя навчального матеріалу тощо [50; 51].

Для того, щоб правильно відрегулювати навантаження на уроці ФК під час гри у футбол, також необхідно контролювати пульс. Звернемо увагу, що важливо пам'ятати, що частота серцевих скорочень кожного учня індивідуальна і залежить від ступеня фізичної підготовки та інших факторів. Дослідження кількох авторів показали, що нормальне навантаження учнів у віці 12-15 років збільшує частоту серцевих скорочень до 150-170 ударів на хвилину.

Організація діяльності учнів на уроці ФК під час футболу передбачає використання застосування таких методів організації учнів: фронтального, групового, потокового, змінного, індивідуального, а також способу колового тренування [50].

Фронтальний спосіб організації учнів часто використовується на уроках фізичної культури в процесі занять футболом у процесі виконання нескладних рухових дій (загальнорозвивальні вправи, передачі м'яча) у підготовчій та заключній частинах уроку. Цей спосіб зручний для вчителя тому, що він дає можливість контролювати дії всіх учнів. Контроль за діями кожного учня неможливість здійснювати, це є недолік цього способу [29; 32; 52; 60; 63].

Потоковий спосіб організації учнів на заняттях футболом впроваджується під час виконання вправ по черзі. Потоковий спосіб застосовується при необхідності забезпечення контролю за діями кожного учня [29; 32; 52; 60; 63].

Суть *змінного способу* полягає у тому, що одне і те саме завдання по черзі (змінами) виконують учні поділені на групи. Наприклад, виконання ведення м'яча між стійками, може здійснюватися учнями, які поділені на три групи по шість осіб. Перша група виконує завдання, друга готується до

виконання, а третя аналізує помилки у тих, хто виконує основне завдання [29; 32; 52; 60; 63].

Груповий спосіб широко використовується для вирішення проблеми тренування фізичних навичок та тактики. Поділіть учнів на невеликі групи, щоб дозволити вчителям ставити завдання (загальні для всіх). Це дозволяє краще контролювати прогрес і створювати різні умови для закріплення та покращення руху. В окремій групі між учнями можна організувати змагання. Груповий спосіб частіше використовується в основній частині курсу [60]. На уроках футболу завдання в основному організуються за допомогою потокових методів. При цьому всім групам призначається спільне завдання, яке кожен учень виконує по черзі. Учитель контролює дії групи, яка приймає найскладніше завдання. Водночас він контролює діяльність інших груп. По закінченню тренувального часу вчитель подає сигнал змінити місце виконання завдань. Таким чином, в ході заняття кожна підгрупа виконує всі або кілька завдань [29; 32; 52; 60; 63].

Індивідуальний спосіб організація учнів у футбольному процесі використовується для виконання навчальних завдань щодо вдосконалення певних ігрових навичок та розвитку фізичних якостей. У цьому випадку вчитель дає завдання (загальне чи індивідуальне), він спостерігає та контролює виконання, індивідуально виправляє помилки, надає вказівки та пояснення. Зверніть увагу, що цей формат більше підходить для досвідчених гравців, які можуть самостійно аналізувати та виправляти помилки. Цей метод організації учнів використовується для усунення дефектів у процесі підготовки учнів або для поглиблення засвоєння навчальних матеріалів під час роботи з обдарованими учнями. Його використання може бути ефективним лише тоді, коли школярі дуже дисципліновані [29; 32; 52; 60; 63].

Спосіб колового тренування забезпечує високу загальну і моторну щільність. Колове тренування в основному використовується для розвитку фізичних якостей учнів. У такий спосіб учні поділяються на групи, а

кількість учнів має відповідати кількості місць (станцій). Станції визначені (їх може бути від чотирьох до десяти) і розташовані на колах, квадратах, прямокутниках тощо. Відбувається зміна положення за сигналом. Учні переходять до коло, щоб увійти до наступного типу навчання. Комплекс вправ для кругового тренування враховує чергування основного навантаження основних антагоністичних груп м'язів (наприклад, ноги-руки-спина-черевний прес, загальні вправи). Строго контролюється навантаження кожної станції [9].

У практиці в процесі занять футболом виділяють специфічні методи: командний спосіб, цілісний метод, аналітичний метод.

Командний спосіб типовий для уроків зі спортивних ігор. Основна мета - оволодіти технічними та тактичними навичками учнів у команді, об'єднати команду та підготуватися до змагальної гри. У основній частині зазвичай практикується створення 2-3 команд, кожна з яких змагається з іншими командами.

Хоча груповий і командний способи організації занять мають перевагу у спортивних іграх, вона все ж повинна бути доповнена індивідуальними методами, щоб краще забезпечити учнів особистими навичками. Незалежно від того, який метод організації учнів обрано, вчителі повинні застосовувати особистий підхід.

Основною умовою використання футболу на уроці ФК є надання дітям достатньої кількості спорядження [50].

Сьогоднішній час на заняттях з ФК в процесі гри у футбол для вдосконалення техніки і тактики застосовуються цілісний метод, аналітичний метод та змішаний метод.

Цілісний метод освоївши прості елементи техніки та тактики гри, використовується на першому уроці початківців під час вивчення всієї гри.

Аналітичний (роздільний) метод використовується для вивчення складних технічних елементів та командної тактики. Цей метод передбачає

розбиття вправ у процесі вивчення на окремі етапи дій та об'єднання їх у загальну техніку на завершальному етапі.

Змішаний метод поєднує цілісний та аналітичний. На практиці це означає, що учні повинні послідовно оволодіти елементами всієї вправи, усунути помилки, передбачені методом аналізу, а потім повернутися до найкращого виконання всієї вправи. Цей метод в основному використовується для навчання тактики гри та вдосконалення технічних складних елементів [50; 51; 61].

На уроках ФК з використанням засобів футболу можуть використовуватись такі методи: ігровий метод, метод навчальних ігор, метод контрольних або спарингові ігри, метод календарних ігор, метод окремих фрагментів гри.

Висновки до розділу 1

На сучасному етапі фізичного виховання учнів ЗЗСО набуває все більшого значення як основне питання збереження здоров'я та збільшення фізичних рухової активності. Предмет «Фізична культура» є універсальним засобом розвитку особистості у багатьох аспектах, його навчальний процес спрямований на зміцнення здоров'я учнів, їх фізичний розвиток та набуття необхідних важливих компетентностей засобами фізичної культури.

Впровадження футболу в шкільну освіту пов'язане зі значним позитивним впливом гри на організм учнів. Футбольні засоби сприяють різнобічному фізичному розвитку, формуванню спортивних навичок, покращують процес оволодіння техніки та тактики гри і водночас покращують фізичні якості. У той же час футбол, як футбольна гра, яку глибоко люблять діти шкільного віку, може стати одним із ефективних інструментів для школярів сформувати позитивне ставлення до спортивних цінностей, а отже, стати одним із основних факторів, що впливають на їх фізичне виховання. Тому сьогоднішній футбол має особливе значення для виховання молоді.

Особливою відмінністю сучасної навчальної програми від навчальних програм, що були запроваджені раніше є спрямований вклад предмета «Фізична культура» у формування ключових компетентностей та призначення змістових ліній розвитку особистості учнів.

Ефективність уроку фізичної культури в процесі занять футболом визначається фізичним навантаженням: обсягом та інтенсивністю фізичних вправ. Урок ФК з використанням футболу має певну структуру. Застосовуються в практику різні типи уроків: ввідний урок, контрольний, загальної фізичної підготовки, ігровий, комплексний. Сьогодні на уроці з фізичної культури в процесі гри у футбол для вдосконалення техніки і

тактики гри застосовуються: цілісний метод, аналітичний метод та змішаний метод.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методи дослідження

З метою обґрунтування актуальності удосконалення методики проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи, виявлення стану розробленості досліджуваної проблеми та вирішення поставлених завдань дослідження використано комплекс **методів:**

- *теоретичних* (аналіз та узагальнення законодавчих та нормативно-правових основ, наукової та методичної літератури з проблеми дослідження);
- *емпіричних* (анкетування, педагогічне тестування, педагогічне спостереження);
- *педагогічний експеримент* – констатувальний та формувальний – для перевірки ефективності запропонованої методики;
- *статистичні* (оброблення і порівняння результатів кількісного та якісного аналізу одержаних даних).

Аналіз та узагальнення законодавчих та нормативно-правових основ, наукової та методичної літератури з проблеми дослідження.

Відповідно проблеми дослідження було здійснено аналіз та узагальнення законодавчих та нормативно-правових основ, а саме «Законів України «Про вищу освіту», «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт»; Наказів Міністерства освіти і науки України «Про затвердження заходів, спрямованих на реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України», «Про надання навчальним програмам для 11-річної школи грифу «Затверджено Міністерством освіти і науки України»»; Листів Міністерства освіти і науки України «Про впровадження нової навчальної програми з фізичної

культури»; Рекомендацій парламентських слухань про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя»; Указів Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», «Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на 2012 – 2021 рр», «Про Національну доктрину розвитку освіти»».

Проведено аналіз змісту та структури навчальної програми «Фізична культура 5–9 класи» для учнів основної школи ЗЗСО.

Проаналізована наукова та методична література, в якій відображено питання, що стосуються впровадження засобів футболу в закладах загальної середньої освіти та теоретико-методичні особливості проведення уроку фізичної культури за варіативним модулем «Футбол». використанням засобів футболу.

За напрямом дослідження було опрацьовано та проаналізовано 64 літературні джерела.

Анкетування. У межах дослідження нами було проведено анкетування учнів основної школи щодо застосування варіативного модулю «Футбол» на уроках фізичної культури. У дослідженні брали участь учні 9 класів комунальної установи Сумська спеціалізована школа І-ІІІ ст. № 25, м. Суми. Усі анкетовані учні висловили добровільне бажання взяти участь в анкетуванні.

Анкета містила 10 запитань із варіантами відповідей «так» або «ні» (табл. 2.1).

Учням основних класів було запропоновано визначити пріоритетні для них варіанти відповідей.

Таблиця 2.1.

Анкета для учнів основної школи

<i>Клас</i> _____		<i>Стать:</i> <i>чол.</i> <i>жін.</i>	
1.	Чи подобаються Вам уроки фізичної культури?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
2.	Чи проводять в вашій школі опитування стосовно визначення інтересів учнів при плануванні освітнього процесу (добір варіативних модулів)?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
3.	Чи обирали Ви опанування варіативного модулю «Футбол» на уроках фізичної культури в старшій школі?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
4.	Чи достатнє у вашій школі матеріально-технічне забезпечення та спортивна база для проведення уроку фізичної культури	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
5.	Чи враховує вчитель фізичної культури під час уроку стан Вашого самопочуття?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
6.	Чи впроваджений варіативний модуль «Футбол» на уроках фізичної культури зі старшокласниками в вашому закладі загальної середньої освіти?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
7.	Чи впливають уроки за варіативним модулем «Футбол» на формування свідомого ставлення до систематичних занять фізичною культурою?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
8.	Чи цікавим є для Вас зміст уроків фізичної культури	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
9.	Чи хотіли б Ви брати участь у змаганнях з футболу між закладами загальної середньої освіти міста та області?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні
10.	Чи хотіли б Ви додатково займатися футболом у позанавчальний час?	<input type="checkbox"/> так	<input type="checkbox"/> ні

Педагогічне спостереження. Під навчальним спостереженням ми розуміємо цілеспрямоване та систематичне сприйняття дійсності через подальшу систематизацію фактів та реалізацію висновків. «Наукове спостереження в педагогіці - це цілеспрямоване та організоване сприйняття

об'єктів, явищ та процесів виховання, навчання та розвитку людини в процесі загальноосвітньої, трудової та професійної підготовки. Може включати навчальні спостереження, що означає безпосередню участь у процесі дослідження та подальший аналіз та оцінку» [8].

Педагогічне спостереження використовувалося як один із методів ознайомлення та аналізу практичного досвіду організації та проведення уроків ФК в ЗЗСО, зокрема в процесі занять футболом. Педагогічне спостереження дало змогу порівняти організацію та проведення уроків ФК в ЗЗСО та простежити ефективність впровадження удосконаленої методики проведення уроків фізичної культури в процесі занять футболом з учнями основної школи.

Педагогічне спостереження дало можливість отримати візуальну інформацію щодо оптимізації освітнього процесу у ЗЗСО.

Метою педагогічного спостереження було визначення й оцінка ефективності впровадження методики проведення уроків ФК в процесі занять футболом з учнями основної школи. При цьому акцентувалася увага на засобах футболу, організації занять учнів із застосуванням різних типів та методів уроків.

Педагогічне спостереження проводилося систематично впродовж нашого дослідження.

Педагогічне тестування. Метод педагогічних контрольних випробувань використовувався для оцінки ефективності методики проведення уроків ФК в процесі занять футболом, контролю динаміки змін мотиваційного, діяльнісного та ціннісного і діяльнісного компонентів учнів основної школи, що відвідували уроки фізичної культури в процесі занять футболом. Тестування проходило як у груповій, так і в індивідуальній формі. Інформативність рухових тестів забезпечувалася їхнім комплексним використанням. Тестування проводилось на початку експерименту та після його завершення. Оцінка мотиваційного, діяльнісного та діяльнісного і ціннісного компонентів учнів 9 класів здійснювалась з опорою на орієнтовні навчальні нормативи програми з фізичної

культури «Фізична культура 5 – 9 класи» [42].

Для визначення рівня навчально-пізнавальної діяльності за мотиваційним компонентом учням 9 класу, було запропоновано дати відповідь на запитання тестів. Критерії оцінювання очікуваних результатів навчально-пізнавальної діяльності учнів 9 класі подано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Критерії оцінювання очікуваних результатів навчально-пізнавальної діяльності учнів за мотиваційним компонентом

<i>Зміст навчального матеріалу</i>	<i>Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності учнів</i>	<i>Критерії оцінювання</i>
Розвиток футболу в Україні	Учень характеризує розвиток футболу в Україні	2
Розвиток футболу за кордоном	Учень характеризує розвиток футболу за кордоном	2
Фізична підготовка юного футболіста	Учень характеризує фізична підготовка юного футболіста	2
Технічна підготовка юного футболіста	Учень характеризує технічну підготовка юного футболіста	2
Особливості підготовки дівчат у футболі	Учень характеризує особливості підготовки дівчат у футболі	2
Правила гри та арбітраж	Учень характеризує правила гри та арбітраж	2

Рівень навчально-пізнавальної діяльності за мотиваційним компонентом визначається сумою набраних балів за тестування.

Для визначення рівня ЗФП, СПФ та технічної підготовки за діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентом проводилися такі тести (табл. 2.3.):

1. Біг 30 м з веденням м'яча (с).
2. Удар по м'ячу на точність.
3. Спеціальна координація.

4. Жонглювання м'ячом, кількість разів (2 хв.)
5. Удар по м'ячу на дальність (м). Сума двох ударів лівою/правою ногою.
6. Біг 15 м з місця (с).
7. Біг 15 м з ходу (с).
8. Біг 30 м (с).
9. Човниковий біг 4×9 м. (с).
10. Стрибок у довжину з місця (м).

Таблиця 2.3.

Критерії оцінювання очікуваних результатів за діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами

<i>Біг 30 м з веденням м'яча (с)</i>					
7	8	9	10	11	12
6.2	6.0	5.8	5.6	5.4	2.2
<i>Удар по м'ячу на точність</i>					
7	8	9	10	11	12
2 очка	4 очка	6 очок	8 очок	10 очок	12 очок
<i>Спеціальна координація</i>					
7	8	9	10	11	12
7.0	6.8	6.25	6.20	6.15	6.10
<i>Жонглювання м'ячом, кількість разів (2 хв.)</i>					
7	8	9	10	11	12
80	90	100	110	120	130
<i>Удар по м'ячу на дальність (м). Сума двох ударів лівою/правою ногою</i>					
7	8	9	10	11	12
35 м	40 м	45 м	55 м	65 м	75 м
<i>Біг 15 м з місця (с)</i>					
7	8	9	10	11	12
2,8	2,69	2,58	2,53	2,37	2,31
<i>Біг 15 м з ходу (с)</i>					
7	8	9	10	11	12

2,35	2,26	2,17	2,09	1,89	1,83
<i>Біг 30 м (с)</i>					
7	8	9	10	11	12
5,50	5,30	5,10	4,80	4,60	4,40
<i>Човниковий біг 4×9 м. (с)</i>					
7	8	9	10	11	12
8,70	8,50	8,30	8,00	7,60	7,40
<i>Стрибок у довжину з місця (м)</i>					
7	8	9	10	11	12
180	190	200	210	230	240

Для оцінки ЗФП, СФП та технічної підготовки за діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами сума балів поділиться на кількість нормативних вимог.

Педагогічний експеримент. Педагогічний експеримент – це метод перевірки отриманих під час дослідження даних та ефективності розробленої на цій основі методики.

Педагогічний експеримент було побудовано за наступною схемою:

1) визначення недоліків та позитивних моментів в методиці проведення та організації уроків ФК в процесі занять футболом з учнями основної школи в ЗЗСО.

2) обґрунтування та впровадження методики проведення уроків ФК в процесі занять футболом з учнями основної школи з метою покращення якості фізичного виховання в ЗЗСО.

Статистичні методи. Оброблення і порівняння результатів кількісного і якісного аналізу одержаних даних.

2.2. Організація дослідження

Дослідження організовано на базі комунальної установи Сумська спеціалізована школа I-III ст. № 25, м. Суми. В експерименті взяли участь учні 9 класів. Для визначення ефективності розробленої нами методики було сформовано контрольну (КГ) і експериментальну (ЕГ) групи. До КГ увійшло 11 юнаків до ЕГ увійшло 13 юнаків. Учні експериментальної групи регулярно впродовж 2020–2021 навчального року відвідували уроки ФК в процесі занять футболом за удосконаленою методикою. Школярі контрольної групи відвідували уроки фізичної культури в процесі занять футболом, які проводились за методикою запропонованою вчителями ЗЗСО.

Дослідження проводилися в період з вересня 2020 р. по жовтень 2021 н.р. і умовно були розподілені на три взаємопов'язані етапи.

I етап (вересень–жовтень 2020 р.). Теоретичним аналізом та узагальненням законодавчих та нормативно-правових основ, аналізом змісту та структури навчальної програми «Фізична культура 5–9 класи» для учнів основної школи ЗЗСО, аналізом наукової та методичної літератури створено умови для формування підходів до розв'язання поставлених мети та завдань, а також добір основних методів і організації дослідження. Визначено предмет і об'єкт дослідження. Проведено констатувальний педагогічний експеримент. Проведено анкетування учнів 9-х класів. Встановлено рівень навчальних досягнень учнів за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами учнів 9-х класів. Обґрунтовано удосконалення методики проведення уроків ФК в процесі занять футболом з учнями основної школи з метою покращення якості фізичного виховання в ЗЗСО.

II етап (листопад 2020 р.– травень 2021 р.). Проведено формувальний педагогічного експерименту, який передбачав впровадження методики проведення уроків ФК в процесі занять футболом

з учнями основної школи в ЗЗСО. Проведення повторного педагогічного тестування.

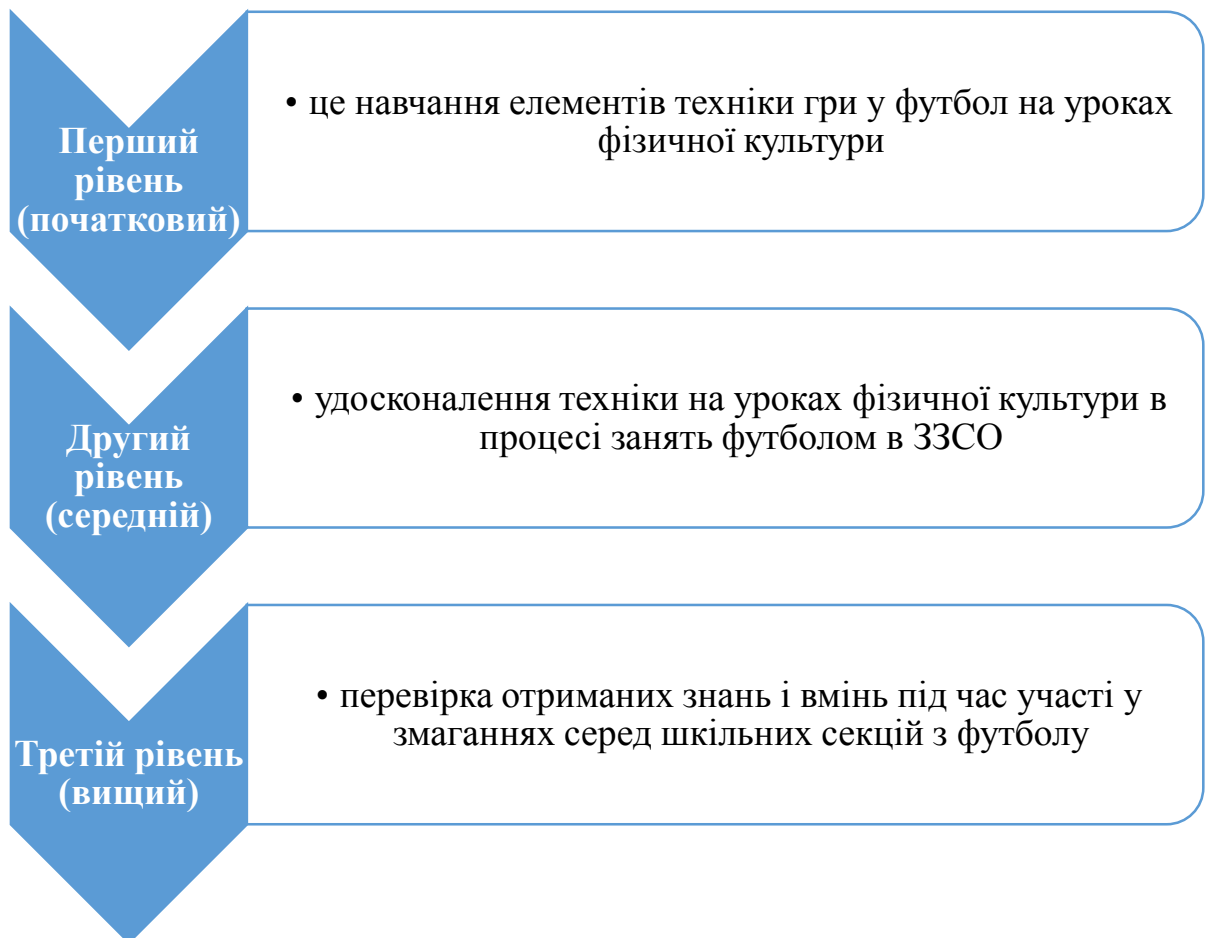
III етап (червень–жовтень 2021 р.). Обробка результатів педагогічного експерименту, обґрунтування висновків, оформлення роботи.

РОЗДІЛ 3

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ З УЧНЯМИ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ

У галузі ФКіС розробляються методики, починаючи від технологій навчання окремих рухів, рухових дій, закінчуючи методиками засвоєння цілісної рухової діяльності. Оскільки оволодіння футбольною грою передбачає оволодіння певними теоретичними знаннями, ігровими технічними елементами, ігровими навичками та ігровою тактикою, методи навчання з футболу складаються з різних методів, тобто елементів навчання, а саме футбольної техніки, тактики і участі у змаганнях [13].

Методика навчання учнів передбачає наявність 3-ох рівнів у процесі опанування технікою гри у футбол:



Основою оволодіння елементами футболу є технічна підготовка, яка визначає ефективність гри [22]. Серед вітчизняних та зарубіжних вчених технічні навички повинні бути відповідними, простими та швидкими. Деякі технічні дії в сучасному футболі рідко використовуються в грі. Тому технічна підготовка представлена, як логічне поєднання навчання, в якому є цілі та завдання на кожному етапі оволодіння в процесі гри футбол під час уроків ФК [24].

Весь навчальний процес покликаний підготувати учнів до участі у різноманітних змаганнях, він заснований на матеріалі програми в ЗЗСО. Для того, щоб успішно вирішити основне завдання з ФК під час процесу гри у футбол, необхідно запрограмувати навчальний процес та забезпечити різноманітне навчання учнів [1].

Під час підготовки учнів до гри у футбол важливо наполегливо працювати над оволодінням навичками гри та вдосконаленням навичок виконання великої кількості прийомів за умов, близьких до змагальних [23].

Згідно зі спостереженнями викладачів, точність тактичних учнів виявила, що навички придбані в дитинстві, якщо були з помилками, це автоматично переходить до основній та старшій школі [31].

Низький рівень технічної підготовки пов'язаний з проблемами процесу навчання підлітків. Це може призвести до невідповідності навчальної та змагальної діяльності учнів школи [31].

Тому необхідно систематично та цілеспрямовано формувати навички техніки на ранніх етапах навчання учнів.

Таким чином, побудова процесу початкового навчання техніці футболу, що заснований на положеннях теорії поетапного формування дій, робить його керованим і сприяє підвищенню ефективності навчання.

В основу розвитку рухових здібностей на першому етапі навчання техніки гри у футбол покладено використання можливостей організму до збережувальної адаптації, дій що систематично повторюється відбувається

формування структура рухів.

Отже, на початковому навчання висувається варіативність, що дозволяє охопити всю різноманітність і більший обсяг засобів фізичного виховання [32].

Навчання ігрової технології слід розглядати як процес, поділений на роки навчання. Процес вивчення футбольної техніки можна розділити на два етапи, які визначають майбутню технічну підготовку.

Початковий етап навчання характеризується використанням кількості вправ, простими умовами, на місці або повільним темпі, відсутністю нестачі часу, опором тощо, що допомагає сформувати міцні навички за стабільних умов.

Факти довели, що відставання в оволодінні ігровими технологіями в школі негативно впливає на подальшу підготовку учнів. Технічна підготовка не може бути випадковим набором засобів особистого навчання. На кожному етапі підготовки важливо вибрати засоби, які необхідні для успішного оволодіння ігровою технікою.

На початковому етапі навчання ви можете скористатися тестом, за допомогою якого можна не тільки оцінити ступінь засвоєння програмних матеріалів, але й з'ясувати, які матеріали засвоєні не повністю. З метою визначення ефективності методу оволодіння технікою тестування учні повторюють її через певний проміжок часу. Це дає інформацію про рівень стабільності вивченої техніки.

Другий етап навчання – це шостий та сьомий роки навчання, що поєднують конкретні умови футболу та реальні умови гри, використовуючи спеціальні засоби для технічного поглибленого навчання.

Необхідно також навчити школярів крім прийомів на місці, у вправах без м'яча прийомам контролю м'яча на швидкості, щоб структура спортивної технології не спотворювалася, а координація під час бігу суттєво не відрізнялася від необхідної.

У зв'язку з цим навчальний процес учнів має бути налагоджений

таким чином, щоб технічні прийоми розучувалися й удосконалювалися не були ізольовані один від одного, а особливим поєднанням один одного, що зазвичай є найпоширенішим, найчастіше зустрічаються в ігрових ситуаціях.

Технічна підготовка визначається здатністю школярів здійснювати раціональні дії в умовах нестачі часу та підвищеного психологічного збудження, що особливо очевидно при реалізації цілі. [12].

Для оцінки рівня техніки, на етапі вдосконалювання використовуються показники:

- обсяг техніки, або кількість дій, які робить учень в ігрових діях

- різноманітність рухових дій в ігрових ситуаціях

- ефективність і надійність техніки, швидкісне виконання рухових дій в ігрових ситуаціях [14].

На початку починати навчання логічно з відпрацювання прийомів з м'ячем в русі, щоб сформувати високу швидкість та різні навички удару по воротах. Оскільки основні технічні прийоми у футболі - це поєднання швидкості та точності, необхідною умовою є розвиток фізичних здібностей, тобто поліпшення швидкісно-силових здібностей та координації рухів [11; 14].

Навчання точності учнів різного віку в основному поділяється на три етапи [35]:

1) з 7-ми до 11-ти років – етап загальної рухової підготовки, розвитку всіх видів освоєння основних футбольних навичок

2) з 11-ти до 15-ти років, до початку періоду статевого дозрівання – етап оволодіння «школою» техніки футболу, розвитку швидкісних якостей;

3) по закінченні періоду статевого дозрівання – етап удосконалення технічної майстерності, підвищення спеціальної фізичної підготовки, розкриття індивідуальних можливостей.

Виходячи з зазначеного вище, ми можемо визначити прийоми (технічні) та послідовність у навчанні [23]: жонглювання; вкидання з аута, удари ногами; передачі м'яча; прийоми м'яча; дриблінг; відбори м'яча; гра головою.

Футбол - надзвичайно складний вид спорту з технічними та координаційними здібностями [11].

Слід зазначити, що для ефективного відтворення технічного потенціалу учнів на конкретному етапі навчання вчителі ФК повинні розуміти вікові особливості різних прояву спритності.

Координація та спритність учнів є основою успішного оволодіння елементами ігрових технологій. У сучасному футболі важливість цих якостей виражається у виконанні високошвидкісного дриблінгу та обведення суперників у грі

На думку дослідників, виконання ведення м'яча й обведення в грі молоді гравці у віці 9–17 років демонструють вікову динаміку кількісних та якісних характеристик технічних показників. Середня кількість ведення м'яча за гру молодих гравців віком 9 – 17 років майже подвоїлася (з $44,1 \pm 4,8$ до $80,2 \pm 5,9$), а ефективність значно покращилася. Використування в грі обведення суперників молодими гравцями в грі зросло протягом 9 - 13 років,

а потім значно зменшилося. Тому футболісти у віці 11-13 років досить часто вступають в обведення одного, а й двох-трьох супротивників поспіль. Відзначаючи високий показник ефективності обведення серед футболістів віком 14-15 років [11].

Отже, враховуючи результати дослідження науковців, можна побачити, що існує досить високий рівень технології контролю м'яча, наприклад, як ведення с обведеним та інших прийомів, яких молоді гравці повинні досягти на початкових етапах навчання.

Важливим у технічній підготовці учнів є принцип систематичності. Він визначається шляхом вирішення нагальних проблем технічної підготовки та створення керованого навчального процесу за допомогою певного методу. Систематичний принцип передбачає об'єднання та розрахунок усіх елементів навчання в єдиній динамічній структурі. Технічна підготовка характеризується великою кількістю та різноманітністю навичок, якими оволоділи учні, а також умінням ефективно застосовувати ці прийоми на змаганнях. Оскільки футбольна техніка - це поєднання групи прийомів і методів контролю м'яча, навчання це стало складним і тривалим процесом. Для того, щоб вирішити проблеми навчання з витратою часу та зусиль, значення має систематизація навчальних матеріалів та визначення її послідовності методів навчання техніки є дуже важливими. [13].

Контроль технічної підготовки учнів є обов'язковою складовою навчального процесу. Це можна зробити різними способами [2]. Поширений метод контролю технічної підготовленості школярів – візуальна оцінка техніки. Однак цей метод є суб'єктивний: немає єдиного стандарту для візуальної оцінки [48].

Технічні дослідження проводяться за допомогою спеціально розроблених вправ, об'єднаних у програмі варіативного модуля «Футбол», що відповідає кількості років навчання, та відповідає основним принципам навчання, що супроводжується набором спеціальних мультимедійних презентацій та технічних засоби.

З цією метою розроблено та реалізовано методика навчання на основні технологічної схеми. Технологічна схема – це схема навчально - тренувального процесу, що поділяє його на окремі функціональні компоненти та забезпечує логічний зв'язок між ними.

Технологічна схема навчання техніці футболу включає наступні взаємопов'язані кроки.

I. Забезпечення передумов ефективного навчання окремому прийому:

- необхідний рухний досвід;
- необхідний рівень розвитку фізичних якостей;
- теоретичні знання

II. Форми навчання:

- вивчення елементів техніки на уроках фізичної культури в процесі занять футболом;
- вивчення елементів техніки під час ігрової діяльності

III. Система конкретних завдань для вивчення прийому:

- типові помилки при вивченні прийому;
- шляхи усунення помилок та їх профілактики

IV. Методи та засоби для вирішення кожного завдання та профілактики виникнення помилок:

- система методів та методичних прийомів навчання і тренування;
- дозування навантажень;
- організація і методика навчання;
- взаємозв'язок прийому з іншими прийомами;
- взаємозв'язок прийому з іншим навчальним матеріалом;
- кількість уроків і ігор та їх планування на навчальний рік;
- система засобів контролю і самоконтролю

Першим кроком у вивченні футбольної техніки є визначення стану готовності до навчання та забезпечення належних передумов для ефективного навчання.

Основними передумовами для навчання школярів футболу є:

Необхідний рівень розвитку фізичних якостей. Виконання

футбольних навичок вимагає певного ступеня фізичного розвитку. Наприклад, щоб почати вивчати техніку передачі, сила м'язів рук, ніг та тулуба учнів повинна досягти певного рівня, щоб вони могли вільно рухатися по футбольному полю, тримати футбольний м'яч і тривалий час передавати м'яч та жонгливання. Без належної фізичної підготовки неможливо навчити учнів ефективно грати у футбол.

Відповідний руховий досвід є основою для подальших досліджень та прийому. Наприклад, щоб почати вчитися набивати м'яч, потрібно оволодіти навичками управління м'ячем, це здатність тримати м'яч, відчувати його та передавати м'яч.

Теоретичні знання і відомості про удар по м'ячу, включаючи інформацію про техніку отримання виконання, тип, місце розташування та доцільність використання у грі. Наприклад, для того, щоб почати вивчення впливу удару по м'яча, потрібно знати: як розташувати опорну ногу під час передачі, як зловити м'яч і як його відпустити; які підготовчі дії слід вжити; на якій відстані використовувати цей метод передачі; коли рекомендується використовувати його в грі.

Відзначимо, власне що для бездоганного володіння вправами техніки гри в футбол мало лише тільки уроку ФК з елементами футболу. Ефективність навчання гарантується сукупності з іншими формами роботи: самостійною, роль в змаганнях між ЗЗСО з футболу та інших позашкільних спортивних подіях, виконання завдань, виконання завдань на заняттях.

Наступна складова методики вивчення прийому це система конкретних завдань, яка передбачає забезпечення всіх сторін підготовки, а також враховуючи прийоми типових помилок, що трапляються під час дослідження, забезпечуючи запобігання та усунення їх методів. Для укладення завдань підбираються засоби та методичні способи вивчення, методи виконання вправ, їх доза, організаційно-методичні вказівки, прогнозується кількість годин для засвоєння матеріалу і орієнтується його

розміщення в напрямок навчального року; орієнтуються способи контролю і самоконтролю. Вибираючи способи для укладення завдань потрібно брати до уваги про перенесення здібностей, зв'язок цього методу з іншими способами і з навчальним матеріалом інших розділів шкільної програми.

Головним аспектам підготовленості школярів має можливість бути змагальна робота, в одному ряду з підсумком гри та оцінкою вчителя ФК характеризується розміром високошвидкісної роботи, а ще кількістю і точністю технічних дій. На пізнанні інформації про змагальну роботу дітей наставник ФК заносить належні корективи в календарний план. Реєстрація змагальної роботи виділяє можливість отримувати інформацію про діяння гравців в кожному конкретному матчі.

Отримані результати показують, що основною метою молодих футболістів для досягнення спортивних результатів є формування якості фізичної підготовленості та фізичного розвитку.

Наступні групи методів використовуються у процесі навчання футболу:

Наочні:

- показ вправ,
- демонстрація вправ на схемі,
- макеті,
- екрані тощо

Словесні:

- розповідь,
- пояснення,
- вказівка,
- зауваження,
- переконання,
- бесіда тощо

Практичні:

- метод вправ та його варіанти – початкове вивчення прийомів у цілому або частинами,
- метод багаторазового повторення (перемінний, інтервальний, ігровий, змагальний тощо)

У процесі оволодіння техніки у нападі та захисними прийомами, учні розвивають певні рухові навички. Тому кожна техніка вивчається відповідно до етапу формування рухових навичок.. При цьому необхідно дотримуватися цього порядку послідовності:

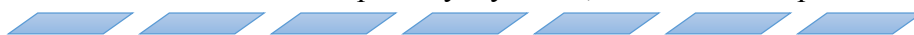
- ознайомлення з прийомом



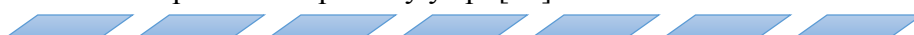
- вивчення прийому у спрощених умовах



- вдосконалення прийому в умовах, близьких до ігрових



- закріплення прийому у грі [58].



Висновки до 3 розділу

Встановлено, що метод засвоєння комплексу ігрових технічних елементів у фізичному вихованні ЗЗСО з футболу повинен включати деякі функціональні складові технічного плану, а саме: передумови; форми навчання; систему конкретних завдань для вивчення прийому; типові помилки та методи запобігання та їх усунення; система засобів для вирішення кожної проблеми та запобігання помилкам; методи та засоби навчання; дозування навантаження; організація освітнього процесу; взаємозв'язок навчальних матеріалів; розумне планування кількості уроків з футболу у навчальному році; засоби контролю та самоконтролю.

РОЗДІЛ 4

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ З УЧНЯМИ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ

4. 1. Аналіз констатувального етапу педагогічного експерименту

Згідно з підсумками анкетування в процесі педагогічної практики встановлено, що більшість дітей основної школи мають позитивне-добре ставлення до уроків ФК (75 %), завдяки тому, що подобаються заняття з діяльнісним компонентом. У учнів є прагнення оволодіти також різними видами спорту та рухової активності за варіативними модулями.

Опитування школярів по дослідженню інтересів дітей при плануванні навчального процесу, а саме відбору варіативного модуля продемонструвало, власне 97% вважають відповідним давати пріоритетні для учнів варіативний модулі для освоєння навчального матеріалу. В анкетуванні 100% школярів зазначалися, власне їх запитують про прагнення вивчати якісь варіативні модулі в період планування програми по ФК в навчальному році.

Анкетування показало, що 47 % учнів вибирали для освоєння на уроках ФК в основній школі варіативний модуль «Футбол». 85 % всіх анкетованих дітей відзначають, що матеріальне, технічне забезпечення та спортивна база достатня для проведення уроку ФК в процесі занять футболом. Респонденти відзначають, що учитель ФК під час заняття враховує стан їх здоров'я.

Щодо питання «Чи впливають уроки за варіативним модулем «Футбол» на формування свідомого ставлення до систематичних занять фізичною культурою?» 36 % відповіли так. Учні пояснюють свій інтерес до навчальної програми позитивним ставленням, різними методами футболу та своєю сучасністю. Школярі також заявили, що сподіваються брати участь у

футбольних змаганнях між ЗЗСО міста і області (33 %) між містами та регіонами з футболу та грати у футбол у позаурочні час (21 %).

Результати опитування показують, що футбол є одним із найпопулярніших та улюблених видів уроків футболу серед учнів. Процес футболу є ефективним інструментом формування позитивного та свідомого ставлення до формування фізичного виховання, тому є одним із основних чинників ФК. Тому сьогоднішній футбол особливо важливий для навчання та виховання школярів.

Завданням констатувального етапу педагогічного експерименту визначити початковий рівень учнів, які вирішили опанувати варіативний модуль «Футбол» за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами.

Для того, щоб визначити початковий рівень за мотиваційним компонентом учням, серед школярів проводилось тестування. Зміст тестових питань відповідає змісту теоретичної навчальної програми. Результати подано в таблиці 4.1.

Тому за результатами констатувального етапу педагогічного експерименту визначено, що середня оцінка учнів контрольній групі становить – 7,4 балів, а експериментальної групі – 7,1 балів, що відповідає середньому рівню сформованої компетентності пізнавальної діяльності за мотиваційним компонентом як в КГ так і в ЕГ.

Таблиця 4.1.

**Результати констатувального експерименту за
мотиваційним компонентом**

Зміст навчального матеріалу	Запитання тестів	Середня оцінка КГ	Середня оцінка ЕГ
Розвиток футболу в Україні	Визначте досягнення українського футболу	1	0,5
Розвиток футболу за кордоном	Визначте досягнення зарубіжного футболу	1	1
Фізична підготовка юного футболіста	Вкажіть, які види підготовки належать до підготовки юного футболіста	1,9	2
Технічна підготовка юного футболіста	Дайте відповідь на запитання «Якими технічними прийомами гри користується гравець?»	1,5	1,7
Особливості підготовки дівчат у футболі	Вкажіть склад жіночої команди.	1	1
Правила гри та арбітраж	Дайте відповідь на запитання «Скільки триває гра? Коли і за яких умов гру зупиняють?»	1	0,9
Середня оцінка за тестування		7,4	7,1

Для того, щоб визначити загальну фізичну підготовку (ЗФП) за діяльнісним компонентом учням КГ та ЕГ було запропоновано повинні виконати такі тести: біг 30 м (с), човниковий біг 4×9 м. (с), стрибок у довжину з місця (м). Результати випробувань наведені в таблиці 4.2.

Результати констатувального етапу педагогічного експерименту ЗФП за діяльнісним компонентом учнів КГ та ЕГ показують, що середня оцінка досліджуваних хлопців в КГ – 6,7 балів, в ЕГ – 7,0 балів, що відповідало середньому рівню сформованої компетентності за означеним компонентом

Таблиця 4.2.

**Результати констатувального експерименту
за діяльнісним компонентом**

Контрольне випробування	Результат		Бал	
	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)
Біг 30 м (с)	5,4	5,6	7	7
Човниковий біг 4×9 м. (с)	8,8	8,6	7	7
Стрибок у довжину з місця (м)	176	181	6	7
Середня оцінка			6,7	7

Для того, щоб визначити рівня СФП та ТП за діяльнісним і ціннісним компонентом школярам КГ та ЕГ, де учні виконували наступні такі тести: біг 30 м з веденням м'яча (с), удар по м'ячу на точність, спеціальна координація, жонгливання м'ячем, кількість разів (2 хв.), удар по м'ячу на дальність (м), біг 15 м з місця (с), біг 15 м з ходу (с). Результати тестування подано в таблиці 4.3.

Таблиця 4.3.

**Результати констатувального експерименту
за діяльнісним і ціннісним компонентом**

Контрольне випробування	Результат		Бал	
	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)
Біг 30 м з веденням м'яча (с)	6,4	6,1	6	7
Удар по м'ячу на точність	4	3	8	7
Спеціальна координація	6,8	7,1	6	7
Жонгливання м'ячом, кількість разів (2 хв.)	63	54	5	4

Удар по м'ячу на дальність (м). Сума двох ударів лівою/правою ногою	42	48	8	9
Біг 15 м з місця (с)	3,0	3,1	6	5
Біг 15 м з ходу (с).	2,4	2,5	6	5
Середня оцінка			6,4	6,2

Таким чином, нами визначено, що середня оцінка теоретичної, ЗФП, СПФ та ТП за мотиваційним, діяльним та діяльним і ціннісним компонентами учнів КГ та ЕГ суттєво не відрізняється і відповідає середньому рівню компетентності (рис. 4.1.).

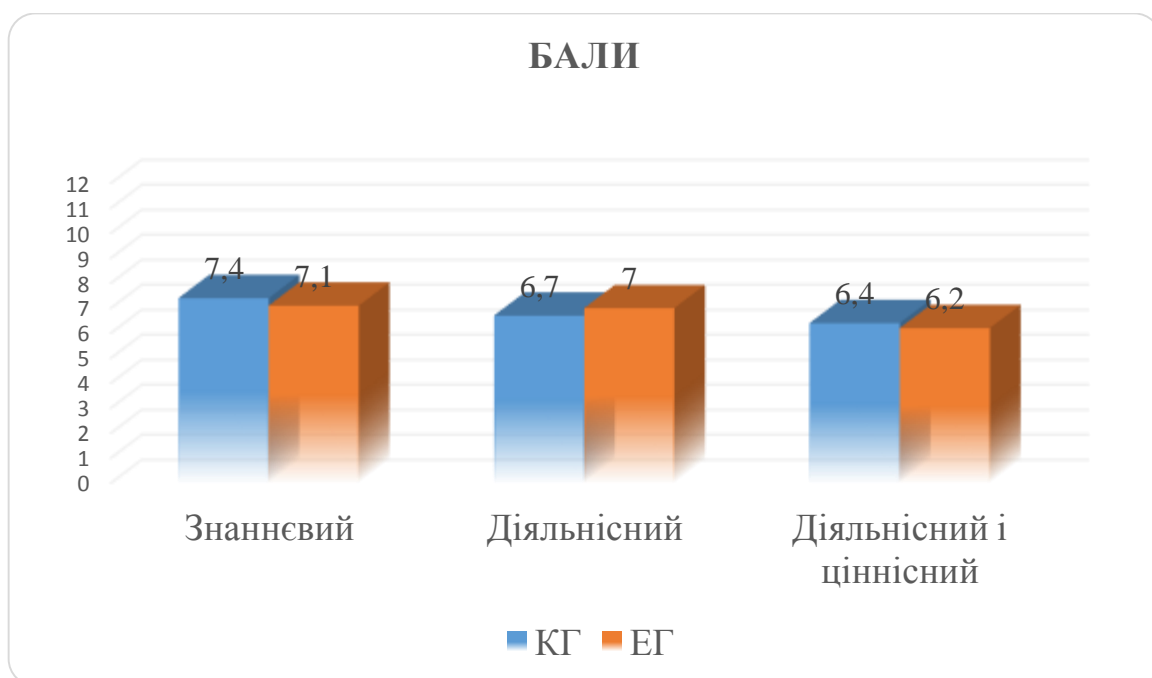


Рис. 4.1. Діаграма оцінки навчально-пізнавальної діяльності теоретичної, ЗФП, СПФ та ТП за мотиваційним, діяльним та діяльним і ціннісним компонентами після констатувального експерименту в КГ та ЕГ

4. 2. Формувальний етап педагогічного експерименту та аналіз його результатів

Експериментальне дослідження мало на меті експериментальну перевірку методики проведення уроку ФК в процесі занять футболом з учнями основної школи у ЗЗСО.

На основному етапі методу впровадження важливо освоїти набір елементів техніки гри на уроках ФК в процесі занять футболом. У методику впроваджуються незалежні функціональні компоненти, а саме: оволодіння набором передумов для техніки гри; вивчення системи прийому конкретних завдань; систему засобів для вирішення кожного завдання та запобігання виникненню помилок; методи та засоби навчання; дозування навантажень; взаємозв'язок технічних прийомів; раціональне планування уроків з футболу та розподіл в навчальний рік; засоби контролю та самоконтролю.

В результаті формувального етапу педагогічного експерименту визначається вплив впровадженого методу навчання футболу у процесі навчання футболу основної школи. На етапі формувального педагогічного експерименту було визначено рівень сформованості компетентності учнів основної школи за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами.

Зокрема, за показниками мотиваційного компонента сформованості готовності визначено середню оцінку в КГ та ЕГ (таблиця 4.4).

Тому, за темою «Розвиток футболу в Україні» навчально-пізнавальна діяльність учнів КГ становить 1 бал, а середня оцінка учнів ЕГ – 1,5; за темою «Розвиток футболу за кордоном» – середня оцінка КГ – 1 бал і середня оцінка ЕГ – 1 бал. На запитання за темою «Фізична підготовка юного футболіста» учні КГ отримали середню оцінку 2,0 бали і учні ЕГ – 2,0.

Таблиця 4.4.

**Результати формувального експерименту
за мотиваційним компонентом**

Зміст навчального матеріалу	Відповіді на запитання тестів	Середня оцінка КГ	Середня оцінка ЕГ
Розвиток футболу в Україні.	Збірна України з футболу у 2006р. вийшла до ¼ фіналу Чемпіонату світу. 2012 рік – збірна України учасник фінальної частини в якості господарів чемпіонату	1	1,5
Розвиток футболу за кордоном.	Провідними футбольними державами є: Італія, Франція, Бразилія, Аргентина, Англія, Німеччина	1	1,5
Фізична підготовка юного футболіста.	До змісту спортивної підготовки юного належать такі її види: фізична, технічна, тактична, теоретична.	2	2
Технічна підготовка юного футболіста.	До основних прийомів гри футболіста, що використовуються в захисті та під час атаки, належать: зупинка м'яча, передача м'яча, ведення м'яча, удари по м'ячу, «обманні» рухи, відбирання м'яча.	1	2
Особливості підготовки дівчат у футболі.	Грають 11 гравців (1 воротар та 10 гравців у полі) та по 7 гравців на заміні. В будь-який момент гри тренер має право зробити заміну гравця, зворотні заміни не дозволяються. Команда не має права розпочинати гру, якщо у неї менше 7 гравців.	1,5	1,5
Правила гри та арбітраж	Гра триває два тайми по 45хв. Якщо у грі відбуваються зупинки, то суддя матчу може до основного часу додати кілька додаткових хвилин. При нічийному рахунку у грі плей-оф після основного часу грають додаткові 2 тайми по 15хв. Якщо і після них рахунок нічийний, то пробиваються 11-ти метрові удари по воротах до визначення переможця.	1,5	2
Середня оцінка за тестування		7,5	10,5

На запитання теми «Технічна підготовка юного футболіста» хлопці КГ склали середню оцінку 1,0 тоді як ЕГ – 2,0. За цією темою «Особливості підготовки дівчат у футболі» учні КГ так і ЕГ середню оцінку становила 1,5 бали. Знання учнів за темою «Правила гри та арбітраж» в КГ становила середньою оцінкою 1,5 бали, а в ЕГ – 2 б.

За результатами формувального етапу педагогічного експерименту за мотиваційним компонентом визначено, що в учнів КГ результати навчально-пізнавальної діяльності майже не змінилися, тоді як результати хлопців ЕГ зросли на 3,4 бали (22 %), що відповідали достатньому рівню компетентності (табл. 4.4).

Результати формувального етапу педагогічного експерименту ЗФП за діяльнісним компонентом учнів КГ та ЕГ показали, що середній бал юнаків, які навчалися у контрольній групі - 7,3 б., що відповідає середньому рівню сформованої компетентності, а в ЕГ – 9,3 балів, що відповідало достатньому рівню сформованої компетентності. Результати тестування подано в таблиці 4.5.

Таблиця 4.5.

**Результати формувального експерименту
за діяльнісним компонентом**

Контрольне випробування	Результат		Бал	
	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)
Біг 30 м (с)	5,3	4,9	8	9
Човниковий біг 4×9 м. (с)	8,7	8,0	7	10
Стрибок у довжину з місця (м)	182	205	7	9
Середня оцінка			7,3	9,3

Порівняння результатів формувального експерименту за діяльнісним компонентом показало, що в КГ показники фізичної підготовленості збільшилися на 0,6 (8 %), але залишилися на середньому рівні навчальних досягнень. У ЕГ результати покращилися на 2,3 бали (24,7 %), що відповідає достатньому рівню компетентності.

Показники рівня СФП та ТП за діяльнісним і ціннісним компонентами не суттєво змінилися в КГ. Досліджуваних учнів КГ середня оцінка склала – 7 балів. Рівень навчальних досягнень хлопців КГ збільшили середньої оцінки на 0,6, що становить покращення на 7 %, це відповідає середньому рівню компетентності. Учні ЕГ покращили свої на 2,5 бали. Середня оцінка ЕГ після впровадження методики проведення уроків з ФК в процесі занять футболом – 8,7 бали, що відповідає достатньому рівню навчальних досягнень учнів. Приріст навчальних досягнень склав –28,7 %. Результати тестування подано в таблиці 4.6.

Таблиця 4.6.

**Результати формувального експерименту
за діяльнісним і ціннісним компонентом**

Контрольне випробування	Результат		Бал	
	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)	КГ (n=11)	ЕГ (n=13)
Біг 30 м з веденням м'яча (с)	6,1	5,9	7	9
Удар по м'ячу на точність	4	9	8	10
Спеціальна координація	7,1	6,8	7	8
Жонгливання м'ячом, кількість разів (2 хв.)	61	82	5	7
Удар по м'ячу на дальність (м). Сума двох ударів лівою/правою ногою	46	67	9	11
Біг 15 м з місця (с)	3,0	2,6	7	8
Біг 15 м з ходу (с).	2,3	2,1	6	8
Середня оцінка			7.0	8,7

Таким чином, нами визначено, що середня оцінка теоретичної, ЗФП, СФП та ТП за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами учнів КГ залишилися майже без змін. Розвиток навчальних не змінився і відповідає середньому рівню компетентності (рис. 4.2).

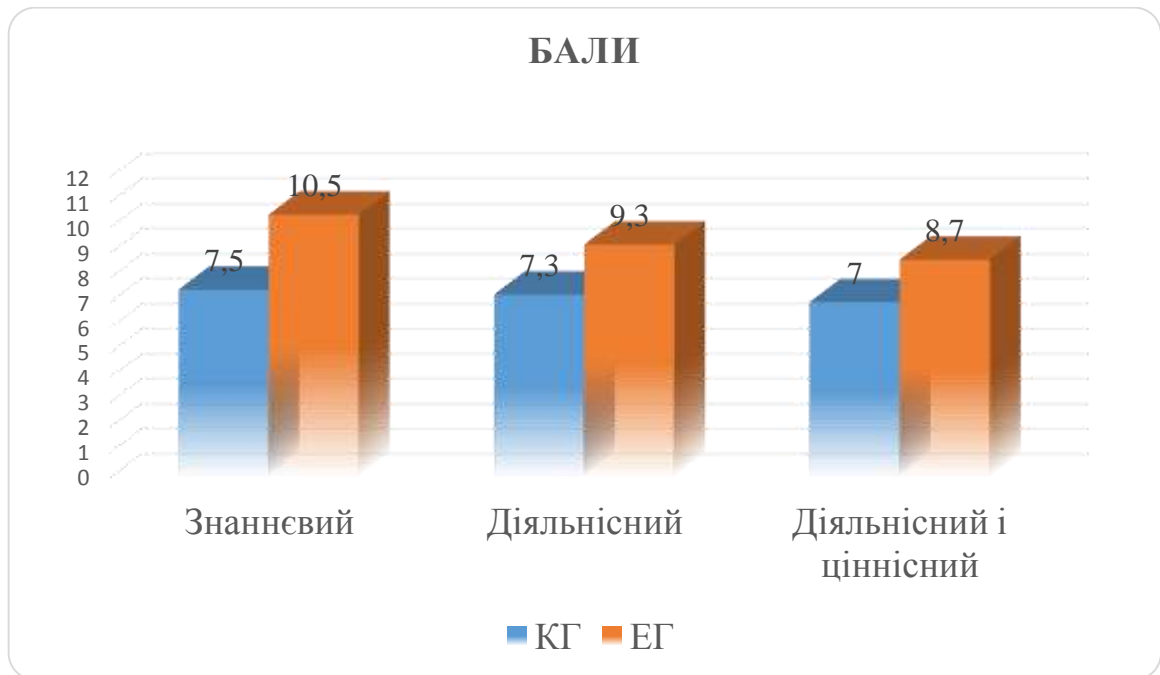


Рис. 4.2. Діаграма оцінки навчально-пізнавальної діяльності теоретичної підготовки, ЗФП, СФП та ТП за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами після формувального експерименту в КГ та ЕГ

Результати експериментальної групи учнів в процесі формувального етапу педагогічного експерименту за мотиваційним компонентом покращилися на 22 %, за діяльнісним компонентом на 24,7 %, за діяльнісним і ціннісним компонентами покращилися на 28,7 %. Таким чином, середня оцінка ЕГ після впровадження методики проведення уроків з ФК в процесі занять футболом навчальної програми «Фізична культура. 5–9 класи» за всіма означеними компонентами відповідає достатньому рівню навчальних досягнень учнів (рис.4.2.)

Порівняння результатів констатувального та формувального педагогічного експериментів КГ та ЕГ подано на рисунку 4.3.

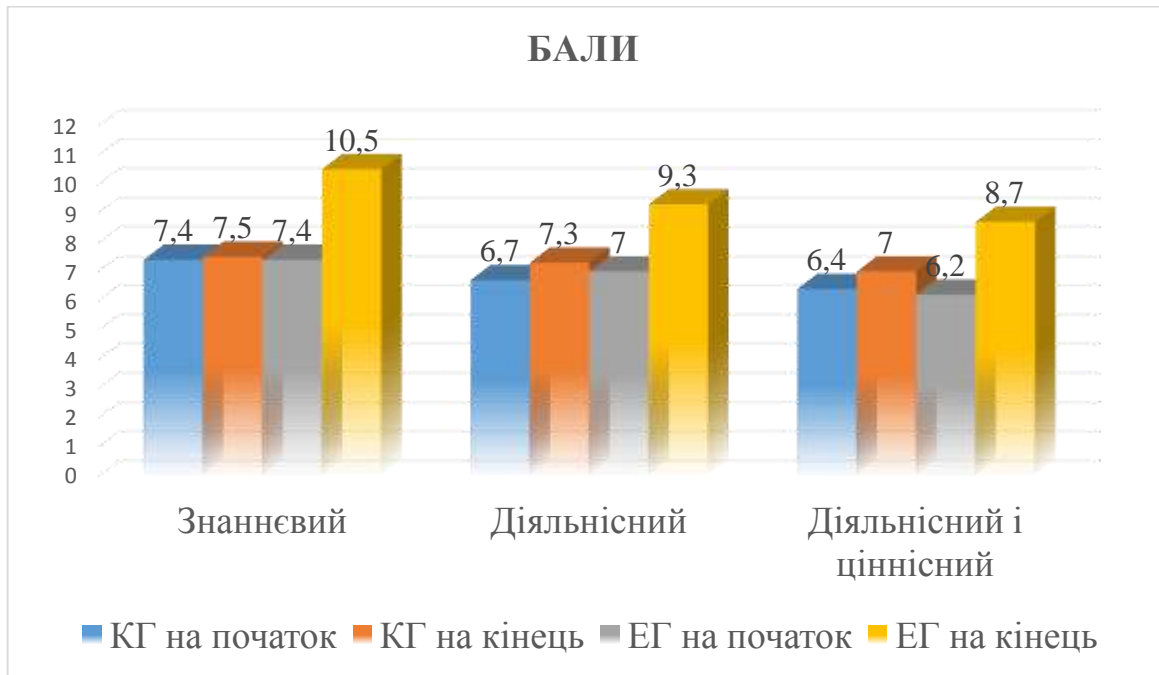


Рис. 4.3. Порівняння результатів констатувального та формувального педагогічного експериментів КГ і ЕГ за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами

Висновки до 4 розділу

В результаті проведеного анкетування з'ясовано, що уроки ФК в процесі занять футболом є ефективним інструментом формування позитивного свідомого ставлення до систематичних занять ФК і відповідно одними із головних чинників фізичного розвитку, фізичної підготовленості та оздоровлення учнівської молоді.

За результатами констатувального етапу педагогічного експерименту визначено, що середня оцінка навчально-пізнавальної діяльності досліджуваних учнів за мотиваційним компонентом в КГ – 7,4 балів, в ЕГ – 7,1 балів, що відповідало середньому рівню сформованої компетентності. За діяльнісним компонентом середня оцінка досліджуваних юнаків в КГ – 6,7 балів, в ЕГ – 7,0 балів, що відповідало середньому рівню сформованої компетентності. За діяльнісним і ціннісним компонентом в учнів КГ та ЕГ середня оцінка досліджуваних як в КГ так і в ЕГ майже однакова. Отримана учнями середня оцінка відповідала середньому рівню сформованої компетентності за означеним компонентом.

Таким чином, нами визначено, що середня оцінка теоретичної, ЗФП, СФП та ТП за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами учнів КГ та ЕГ суттєво не відрізняється і відповідає середньому рівню компетентності.

Результати навчально-пізнавальної діяльності залишилися майже без змін у учнів КГ за результатами формувального етапу педагогічного експерименту за мотиваційним компонентом, тоді як результати ЕГ зросли на 22 %, що відповідає достатньому рівню. За діяльнісним компонентом визначено, що середня оцінка досліджуваних юнаків в КГ – 7,3 балів, що відповідало середньому рівню сформованої компетентності, в ЕГ – 9,3 балів, що відповідало достатньому рівню сформованої компетентності. Порівняння результатів формувального експерименту за діяльнісним компонентом показало, що в КГ показники фізичної підготовленості покращилися на 8 %,

але залишилися на середньому рівні навчальних досягнень. Результати ЕГ зросли на 24,7 % і відповідають достатньому рівню компетентності. Показники за діяльнісним і ціннісним компонентами суттєво не змінилися в КГ. Так середня оцінка досліджуваних учнів КГ – 7 балів (покращилися на 7 %) – це відповідає середньому рівню компетентності. Середня оцінка учнів ЕГ – 8,7 бали, що відповідає достатньому рівню навчальних досягнень учнів. Приріст навчальних досягнень склав – 28,7 %.

ВИСНОВКИ

1. Аналізом законодавчих основ визначено, що фізичне виховання учнів ЗЗСО на сучасному етапі набуває все більшого значення як основне питання збереження здоров'я та збільшення фізичної активності. Предмет «Фізична культура» є універсальним засобом різноманітного розвитку особистості, його навчальний процес спрямований на зміцнення здоров'я учнів, їх фізичний розвиток та набуття необхідних важливих здібностей за допомогою фізичної культури та спорту. Аналіз правових документів визначив, що відповідно до Указу за № 451 Міністерства освіти і науки України від 22.03.2017 р. розроблено навчальну програму з фізичної культури для учнів 5–9 класів закладів загальної середньої освіти. Встановлено, що особлива відмінність сучасної навчальної програми полягає у формуванні ключових компетентностей. Навчальна програма побудована за модульною системою.

За допомогою аналізу та узагальнення науково-методичної літератури було досліджено, що урок фізичної культури в процесі занять футболу має певну структуру. Застосовуються в практику різні типи уроків: ввідний урок, контрольний, загальної фізичної підготовки, ігровий, комплексний. Сьогодні на уроці з фізичної культури в процесі гри у футбол для вдосконалення техніки і тактики гри застосовуються: цілісний метод, аналітичний метод та змішаний метод.

2. Встановлено, що в процесі занять футболом з учнями основної школи у ЗЗСО методика елементів техніки гри на уроках фізичної культури повинна включати деякі функціональні складові технологічної схеми, а саме: передумови; форми навчання; систему конкретних завдань для вивчення прийому; типові помилки і шляхи їх запобігання та усунення; систему засобів для вирішення кожного завдання та запобігання виникненню помилок; методи та засоби навчання і тренування; дозування навантажень; організацію процесу навчання; взаємозв'язок технічного прийому з іншими

прийомами; раціональне планування кількості уроків і ігор з футболу та їх розподіл впродовж навчального року; засоби контролю і самоконтролю.

3. В результаті проведеного анкетування з'ясовано, що уроки фізичної культури в процесі занять футболом навчальної програми «Фізична культура 5–9 класи» є ефективним інструментом формування позитивного свідомого ставлення до систематичних занять фізичною культурою і відповідно одними із головних чинників фізичного розвитку, фізичної підготовленості та оздоровлення учнівської молоді.

За результатами констатувального етапу педагогічного експерименту визначено, середня оцінка навчально -пізнавальної діяльності студентів, що вивчаються, за компонентом мотивації склала 7,4 б. в контрольній групі та 7,1 б. в експериментальній групі, що відповідає середньому рівню сформованої компетентності. За діяльнісним компонентом середня оцінка досліджуваних учнів в контрольній групі – 6,7 балів, а в експериментальній – 7 балів, що відповідає середньому рівню сформованої компетентності. За діяльнісним і ціннісним компонентом у досліджуваних контрольної та експериментальної середня оцінка в контрольній та в експериментальній групах майже однакові (відповідно КГ – 6,4 балів, ЕГ – 6,2 бали). середня оцінка учнями отримана відповідає середньому рівню сформованої компетентності за означеним компонентом.

Тому ми визначили, що теоретичної, загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки та технічної підготовки середня оцінка за мотиваційним, діяльнісним та діяльнісним і ціннісним компонентами учнів контрольної групи та експериментальної групи не мають суттєвої різниці і відповідають середньому рівню компетентності.

4. За результатами формувального етапу педагогічного експерименту за мотиваційним компонентом визначено, що результати навчально-пізнавальної діяльності учнів контрольної групи залишилися майже не змінюються, тоді як результативність учнів експериментальної групи зросла на 22 % і відповідають достатньому рівню компетентності. За діяльнісним

компонентом визначено, що середня оцінка досліджуваних юнаків в контрольній групі – 7,3 балів, що відповідає середньому рівню сформованої компетентності, в експериментальній групі – 9,3 балів, що відповідає достатньому рівню сформованої компетентності. Результатів формувального експерименту за діяльнісним компонентом показав, що в контрольній групі показники фізичної підготовленості збільшився на 8 %, але він залишився на середньому рівні навчальних досягнень. Результати експериментальної групи збільшився на 24,7 %, що відповідає достатньому рівню компетентності. У контрольній групі показники за діяльнісним і ціннісним компонентами суттєво не змінилися. Так середня оцінка досліджуваних учнів контрольної групи – 7 балів і це відповідає середньому рівню компетентності. Середня оцінка учнів експериментальної групи – 8,7 бали і відповідає достатньому рівню навчальних досягнень учнів. Приріст навчальних досягнень склав 28,7 %.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адамбеков, К. І. (1990). *Оптимізація тренувальних занять при підготовці юних футболістів в умовах загальноосвітніх шкіл*. Москва.
2. Алабін, В. Г. (1995). Комплексний контроль у спорті. *Теорія і практика фізичної культури*, 3, 43-46.
3. Амер, М. М. (2001). Дослідження ефективності індивідуальних захисних дій футболістів. *Удосконалювання методів і засобів фізичного виховання й спортивного тренування*. Л.: ГДОІФК, 102-103.
4. Бабанський, Ю., Поташник, М. (1984). *Оптимізація педагогічного процесу*. Київ: Освіта.
5. Бакіко, І. В., Цьось, А. В. (2012). Варіативний модуль «Чирлідінг». *Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх закладів. 5 – 9 класи*. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi>.
6. Бакіко, І. В., Цьось, А. В., Семененко, В. П. (2011). Варіативний модуль «Аквааеробіка». *Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх закладів. 5 – 11 класи*. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi>.
7. Бермудес, Д. В. (2014). *Дозування фізичного навантаження під час використання комплексів танцювально-рухових вправ: методичні рекомендації*. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка.
8. Бермудес, Д. В. (2018). *Підготовка майбутніх учителів фізичної культури та хореографії до реалізації варіативних модулів у процесі професійної діяльності* (дис. канд. пед. наук. 13.00.04). Суми.
9. Бермудес, Д., Шафорост, М. (2019). Теоретико-методичні особливості проведення уроку фізичної культури з використанням засобів футболу. *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення: матеріали XIX Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених*, 26-29.
10. Бермудес, Д., Якущенко, О. (2019). Технологія опанування

сукупністю елементів техніки гри на уроках фізичної культури за варіативним модулем «Футбол». *Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення: матеріали XIX Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених*, 29- 33.

11. Бойченко, Б. Ф. (1986). Вікова динаміка фізичних якостей і техніко-тактичної майстерності у зв'язку з удосконалюванням системи відбору юних футболістів (автореф. дис. канд. пед. наук.: 13.00.02). Київ.

12. Бойченко, С. В. (2004). Индивидуализация учебно-тренировочного процесса футболистов на основе педагогического контроля. *Педагогика, психологи та медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*, 20, 86-91.

13. Васильчук, А. Г. (2007). *Технологія навчання футболу школярів у системі фізичного виховання загальноосвітніх шкіл* (дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02) Львів.

14. Віхров, К. Л., Зубалій, М. Д., Столітенко Є. В. (2004). *Футбол у школі: Навчально-методичний посібник*. Київ: Комбі.

15. Договір «Про взаємодію Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України та Федерації футболу України про розвиток шкільного футболу в загальноосвітніх навчальних закладах України в 2013–2016 роках» (2013). Режим доступу: <http://www.mon.gov.ua/ua/actually/18993-boris-geebrovskiy-pidpisav-dogovir-mige-ministerstvom-osviti-i-nauki-molodi-ta-sportu-i-federatsieyu-futbolu-ukrayini>.

16. Дубинська, О. Я. (2013). *Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення: навч. метод. посіб. складено відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напрямку 8.010201 «Фізичне виховання», спеціальності 8.01020101 «Фізичне виховання»*. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка.

17. Закон України «Про вищу освіту» №1556-VII від 01.07.2014. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/page>.

18. Закон України «Про освіту» (2017). Режим доступу:

<http://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19>.

19. Закон України «Про освіту» (2017). Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19>.

20. Закон України «Про загальну середню освіту» (2017) №2145-VIII від 05.09.2017.: Режим доступу : <https://ru.osvita.ua/legislation/law/2232/>

21. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (1993). Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page2>.

22. Зеленцов, А. С., Лобановский, В. В., Розумовський, Е. А. (1982). Техніко-тактичні дії футболістів. *Футбол: Щорічник. М.: Фізична культура й спорт.*

23. Золотарьов, А. П., Шамардін, А. І. (1993). Структура основних компонентів змагальної діяльності юних футболістів: посібник. [під ред. Н. Д. Васильєва, А. І. Шамардін]. Волгоград: ВГІФК.

24. Зонін, Г. С. (2004). *Дослідження фізичної, технічної підготовленості й їхнє вдосконалювання у футболістів* (автореф. канд. пед. наук: 13.00.04). Л.

25. Зубалій, М. (2013). Розвиток змісту навчального матеріалу з фізичної культури. *Нова педагогічна думка*, 4 (76), 115–118.

26. Інструкція Міністерства охорони здоров'я України і Міністерства освіти і науки України від 17 серпня 2009 р. за № 773/16789 «Про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури». Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/z0773-09>

27. Наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження заходів, спрямованих на реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» від 27.11.2008 року №1078. Режим доступу: <http://osvita.ua/legislation/other/2214/>.

28. Калиниченко, І. О. (2013). *Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей у загальноосвітніх навчальних закладах : навч. посіб.* Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка.

29. Качани, Л., Горский, Л. (1984). *Треніровка футболістов.*

Братислава: Спорт.

30. Кондрацька, Г. Д. (2005). *Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до викладання основ безпеки життєдіяльності в загальноосвітній школі* (дис. канд. пед. наук: 13.00.04). Тернопіль.

31. *Концепція Нова українська школа* (2017). Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>.

32. Лисенчук, Г. А. (2003). *Управление подготовкой футболистов*. К.: Олимпийская литература.

33. *Лист Міністерства освіти і науки України від 17.08.2009 №1/9-546 «Про впровадження нової навчальної програми з фізичної культури»* Режим доступу: http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/4517/.

34. Марущак, М. (2018). *Методика оцінювання навчальних досягнень учнів основної школи в процесі занять футболом* (автореф. дис. канд. пед. наук. 13.00.02). Київ.

35. Марущак, М. (2018). *Методика оцінювання навчальних досягнень учнів основної школи в процесі занять футболом* (дис. канд. пед. наук. 13.00.02). Київ.

36. Міністерство освіти і науки України, Федерація футболу України. (2003). *Навчально-тематичний план курсів підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури з методики викладання футболу. Фізичне виховання в школі, 4, 14-16.*

37. *Навчальна програма для гуртків з футболу в 1–11 класах загальноосвітніх навчальних закладів.* Режим доступу: <http://ua.convdocs.org/docs/index-56797.html>.

38. *Наказ Міністерства освіти і науки України від 28.10. 2010 № 1021 «Про надання навчальним програмам для 11-річної школи грифа «Затверджено Міністерством освіти і науки України»».* Режим доступу: <http://old.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative/379->.

39. *Наказ Міністерства освіти і науки України від 05.08.2016 № 948 «Про затвердження змін до навчальних програм для 1 – 4-х класів*

загальноосвітніх навчальних закладів» (2016). Режим доступу: <http://old.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative/6041->.

40. *Наказ Міністерства освіти і науки України від 07 червня 2017 року № 804 «Про оновлені навчальні програми для учнів 5 – 9 класів загальноосвітніх навчальних закладів» (2017).* Режим доступу: <http://old.mon.gov.ua/ua/about-ministry/normative/7561->.

41. *Наказ Міністерства освіти і науки України від 05 травня 2008 року № 371 «Про затвердження критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів у системі загальної середньої освіти».* Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/ru/v0371290-08>.

42. *Оновлення програм для базової загальної середньої освіти (2017).* Режим доступу: <https://www.ed-era.com/mon59/>.

43. Платонов, В. Н. (2000). *Общая теория подготовки спортсменов.* К.: Олимпийская литература.

44. *Постанова Кабінету Міністрів України № 1392 від 23 листопада 2011 р. «Про затвердження Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти»* Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/1392-2011-%D0%BF>

45. *Постанова Кабінету Міністрів України № 904 «Про схвалення Комплексної програми розвитку футболу на 2004–2008 роки».* Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/904-2004-п>.

46. *Рекомендації парламентських слухань про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя» (N 2992-VI від 03.02.2011)* Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/rada/show/2992-vi>.

47. *Рекомендації парламентських слухань «Стратегія інноваційного розвитку України на 2010 – 2020 рр. В умовах глобалізаційних викликів» (2009).* Режим доступу: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/DF46L00A.html

48. Романенко А.Н., Джус, О. Н. (1988). Книга тренера по футболу. *Здоровье.*

49. Солодянников, В. А. (1996). Технология обучения гимнастическим упражнениям. *Теория и практика физической культуры*, 12, 41-42.
50. Столітенко, Є. В. (2016). Фізичне виховання учнів 1–11 класів у процесі занять футболом. *Київ: Баланс-Клуб*.
51. Столітенко, Є. А. (2003). Урок фізкультури з елементами футболу в 2 класі. *Фізичне виховання в школі*, 1, 22-24.
52. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Фіз. Виховання і спорту: у 2 т. Т.1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання (2017). [Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т. Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., переробл. та доп.]. – Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Л-ра».
53. Томенко, О. А., Деменков, Д. В. (2014). Сучасний стан організаційно-методичного забезпечення гурткових занять із футболу зі школярами. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 3, 101-104.
54. Указ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» від 09.02 2016 року № 42/2016. Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/rada/show/2992-vi>.
55. Указ Президента України «Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на 2012 – 2021 рр» (2013). Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/344/2013>.
56. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку освіти» (2002). Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>.
57. Фалес, Й. Г., Васильчук, А. Г. (2003). Науково-методичні основи підготовки вчителів фізичного виховання до проведення уроків з футболу. *Наукові записки. Серія : Педагогіка*. 2, 18–22.
58. Фізична культура в школі: 5–11 класи : методичний посібник [за загальною редакцією С. М. Дятленка] (2011). Київ: Літера ЛТД.

59. Харитонов, В. И., Ким, В. В., Ненашева, А. В., Личачина, С. А. (2002). Совершенствование физического воспитания как здорового образа жизни учащихся. *Теория и практика физической культуры*, 1, 19–23.

60. Худолій, О. М. (2007). *Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навчальний посібник*. Харків: «ОВС».

61. Шаленко, В. В. (2005). *Формування рухових якостей та технічної підготовленості школярів протягом безперервної футбольної підготовки*: (автореф. дис. канд. пед. наук: 24.00.21). Харків.

62. Шиян, О. І., Кравченко, Н. С. (2012). Проблеми впровадження варіативної складової навчальної програми. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 9, 104–107.

63. Шиян, Б. М. (2002). *Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1*. Тернопіль: Навчальна книга: Богдан.

64. Шиян, Б. М. (2002). *Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2*. Тернопіль: Навчальна книга: Богдан.