

5. Шиян Б.М. Основи науково-педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник [для фа культ. фіз.. вих.. і сп. вищих навч. закладів II-IV рівнів акредитації] / Шиян Б.М., Єдинак Г.А., Петришин Ю.В. – Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2012. – 280с.

### **АНОТАЦІЇ** **ВПЛИВ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ** **ПІДГОТОВЛЕНOSTІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Анатолій Кашуба

*Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*

У статті визначені показники фізичної підготовленості майбутніх учителів фізичної культури, досліджено вплив секційних занять баскетболом на розвиток фізичних якостей студентів спеціальності «фізичне виховання», а також проведено відсоткове порівняння та встановлено, що у майбутніх учителів фізичної культури, які склали експериментальну групу показники фізичної підготовленості, сформовані у процесі секційних занять баскетболом були вищими ніж аналогічні результати студентів контрольної групи.

**Ключові слова:** баскетбол, секційні заняття, учителі фізичної культури, фізична підготовленість.

### **ВЛИЯНИЕ СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ НА УРОВЕНЬ** **ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ** **КУЛЬТУРЫ**

Анатолій Кашуба

*Восточноевропейского национального университета имени Леси Украинки*

В статье определены показатели физической подготовленности будущих учителей физической культуры, исследовано влияние секционных занятий баскетболом на развитие физических качеств студентов специальности «физическое воспитание», а также проведено процентное сравнения и установлено, что в будущих учителей физической культуры, которые составляли экспериментальную группу показатели физической подготовленности, сформированные в процессе секционных занятий баскетболом были более высокими чем аналогичные результаты студентов контрольной группы.

**Ключевые слова:** баскетбол, секционные занятия, учителя физической культуры, физическая подготовленность.

### **IMPACT OF BASKETBALL SECTION ACTIVITIES ON THE LEVEL OF PHYSICAL** **CONDITION OF FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION**

Anatoliy Kashuba

*Eastern European National University named after Lesya Ukrainka*

The article defines the parameters of physical condition of future teachers of physical education, it is analyzed the impact of basketball section activities on the development of physical conditions of students, majoring in physical education, and it is conducted a percentage comparison and found out that future teachers of physical education, that constituted the experimental group, have much better characteristics of physical condition, formed during basketball section activities, in comparison with corresponding results of students from the control group.

**Key words:** basketball, section activities, teachers of physical education, physical condition.

### **ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СПРЯМОВАНОГО НАВЧАННЯ ОСНОВНИМ** **РУХАМ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Юлія Коваленко, Сніжана Соломоненко

*Запорізький національний університет*

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Завдання та зміст фізичного виховання в дошкільних закладах визначаються вимогами Базового компонента дошкільної освіти в Україні, чинними програмами розвитку, навчання та виховання дітей дошкільного віку «Малютко», «Дитина», «Українське дошкілля» [1-3].

У системі фізичного виховання дітей дошкільного віку одне з головних місць посідає розвиток основних рухів: ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння та ін. Систематичне виконання основних рухів позитивно впливає на гармонійний фізичний розвиток дитини, сприяє вдосконаленню роботи серцево-судинної, дихальної, нервової систем, зміцнює м'язи та опорно-руховий апарат, розвиває фізичні якості (швидкість, спритність, силу, гнучкість та витривалість) [1-4].

У методичній літературі з дошкільної освіти є рекомендації про послідовність проходження програмного матеріалу при навчанні основним рухам (Е.С. Вільчковський, Л.І. Пензулаєва, О.В. Запорожець, М.Ю. Кистяковська, Т.І. Осокіна). В основі цих рекомендацій лежить навчання 3-4-м видам основних рухів на фізкультурному занятті, а повторення їх здійснюється тільки через чотири і більше тижнів. Дана методика інформує дітей про рухи і дозволяє зробити перші спроби їх цілісного виконання на рівні вміння. Відсутній облік схожості та відмінностей технічної основи рухів при визначенні черговості їх розучування, що ускладнює позитивний перенос якості одних рухів на інші. Руховий навик основного руху формується за тривалий період протягом навчального року.

Розвиток фізичних якостей здійснюється при низьких вимогах до техніки виконання основних рухів, а якості рухів приділяється увага лише при складних рухових діях.

Однак наукового обґрунтування та практичних рекомендацій щодо послідовності навчання і чергування видів основних рухів при навчанні дітей дошкільного віку нами не виявлено і тому є потреба ґрунтового дослідження.

Традиційно планування навчального матеріалу в дошкільних освітніх установах здійснюється на квартал, місяць і тиждень. На кожному тижні проводяться три обов'язкових фізкультурних заняття, які утворюють тижневий мікроцикл. Обґрунтування змісту навчання основним рухам у тижневих мікроциклах і була предметом дослідження.

**Мета і завдання дослідження.** Метою дослідження є обґрунтування спрямованого навчання основним рухам дітей 4-5 років з метою підвищення рівня їх фізичної підготовленості.

Відповідно до мети дослідження були поставлені такі завдання: 1. Вивчити особливості сформованості основних рухів у дітей 4-5 років. 2. Експериментально підтвердити ефективність методики спрямованого навчання у процесі формування основних рухів у дітей дошкільного віку. 3. Оцінити зміни рівня показників фізичної підготовленості дітей 4-5 років під впливом методики спрямованого навчання.

**Методи та організація дослідження.** Для вирішення поставлених завдань у роботі були використані наступні методи: 1. Аналіз і узагальнення літературних джерел з теми дослідження. 2. Педагогічні спостереження за навчальним-виховним процесом дітей під час занять. 3. Педагогічний експеримент, в ході якого з дітьми застосовували спрямоване навчання основним рухам протягом навчального року. Особливість методики спрямованого навчання складалася в тому, що зміст тижневих мікроциклів було представлено наступними видами основних рухів, навчання яким планувалося на трьох фізкультурних заняттях. На першому фізкультурному занятті мікроциклу створювалося уявлення про основний рух. На другому занятті відбувалось подальше вивчення або закріплення рухової навички, а на третьому – тривало його подальше вдосконалення і створення уявлень або вивчення іншого основного руху. На кожному фізкультурному занятті після підготовчої частини проводилася додаткова рухлива гра на вдосконалення основних рухів, вивчених в попередньому тижневому мікроциклі. Ходьба і біг, рухи руками і ногами застосовувалися в усіх фізкультурних заняттях.

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Протягом першого мікроциклу засвоювали акробатичні вправи (перекиди, вправи на гнучкість, стійка на лопатках, «міст», стійка на голові тощо). Широко використовувалися рухливі ігри, естафети, розваги, нестандартне обладнання. У другому мікроциклі засвоювали стрибки і вправи з рівноваги з використанням зорових і слухових орієнтирів, стандартного і нестандартного обладнання (поролонів різного розміру і форми предмети, мотузкові сходи тощо). У третьому мікроциклі вивчали різновиди метання із застосуванням малих, середніх і м'ячів до 500 грамів, м'ячів з шипами та інших гумових та пластмасових предметів. Використовували горизонтальні, вертикальні різного кольору і розміру цілі. Метання виконувалося по цілях, що рухалися з використанням м'ячів діаметром від 10 до 90 сантиметрів. У четвертому мікроциклі засвоювали вправи з лазіння і рівноваги. Навчання різновидам лазіння, повзання і рівноваги проводилися в умовах похилих і вертикальних сходів, гімнастичної стінки, мотузкових сходів, з використанням стандартного і нестандартного обладнання. У п'ятому мікроциклі здійснювали контроль за якістю освоєння основних рухів, проводилися ігри та розваги. У ньому, поряд зі стандартними вихідними і кінцевими положеннями, умовами навчання вправ використовували варіативні положення та умови, обладнання, інвентар.

На фізкультурних заняттях група дітей з урахуванням якості засвоєння основних рухів ділилася на дві підгрупи: слабо-середню і середньо-сильну. У першу групу увійшли діти, які набрали від 0 до 2 балів, другу – від 2-х до 3-х.

Отже, в експерименті використовувалися комплексні мікроцикли. Після проведення контрольних випробувань у вересні поряд з навчанням базовим і профілюючим вправам, формувалися відповідні їм функціональні здібності. Починаючи з листопада місяця у дітей виховували відстаючі фізичні якості. Вони були виявлені в результаті контрольних випробувань з урахуванням кількості дітей, більшість з яких не впоралися з нормативними показниками. У другій половині навчального року на основі отриманих даних у зміст мікроциклів вносилися корективи, що пов'язані з засвоєнням основних рухів решти навчального матеріалу, вихованням фізичних якостей.

У кожному тижневому мікроциклі (три фізкультурних заняття) засвоювалося один або два основних рухів. У зміст фізкультурного заняття в кінці підготовчої частини вводили додаткову рухливу гру, яка включала в себе прості вправи, вивчені раніше, що є підвідними до основних рухів подальшого мікроциклу. Рухлива гра в основній частині заняття була спрямована на вдосконалення основних рухів попереднього мікроциклу.

4. Оцінка сформованості основних рухів у дітей 4-5 років. За розробленими нами таблицями фіксували помилки в ході оцінки якості виконання дітьми основних рухів: ходьба, біг, лазіння, стрибки і метання за трьох бальною шкалою (Вільчковський Е.С., 1998 рік).

5. Контрольні випробування для оцінки рівня фізичної підготовленості дітей 4-5 років здійснювали за наступними тестами: вистрибування вгору за 5 секунд, кількість разів; біг 20м, с; стрибки у довжину з міста, см; метання тенісного м'яча на дальність правою і лівою рукою, м; стійка на одній нозі, с; згинання і розгинання тулубу за 30 секунд, кількість разів, біг 10 м змієюю, с.

6. Методи математичної статистики при обробці результатів дослідження (визначення середніх величин – середнього арифметичного значення ( $\bar{X}$ ), середнього квадратичного відхилення ( $\delta$ ), відхилення від середнього арифметичного ( $m$ ), критерію вірогідності за Стьюдентом ( $t$ )).

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Відповідно до мети і завдань дослідження з вересня 2013р. по квітень 2014р. було проведено обстеження дітей 4-5 років у загальній кількості 28 дітей, які відвідують ЦРД «Лазурний» та ДНЗ №19 «Вогник» м.Запоріжжя.

Під час експерименту визначили вихідний рівень сформованості основних рухів у дітей 4-5 років. Для експериментальної перевірки ефективності методики спрямованого навчання у дітей оцінили зміни показників розвитку основних рухів і фізичної підготовленості дітей 4-5 років.

**Результати дослідження та їх обговорення.** На початку дослідження в ході здійснення оцінки якості виконання дітьми основних рухів (ходьба, біг, лазіння, стрибки і метання) встановлено наступне: виявлено, що найбільша кількість помилок при виконанні ходьби спостерігалася у темпі пересування – у 39% хлопчиків і у 41% дівчаток. У 38% хлопчиків і у 40% дівчаток також спостерігалися помилки у підйомі ноги від підлоги. У відштовхуванні носком наприкінці кроку робили помилки 23% хлопчиків і 22% дівчаток. Незначний мах руками виконували 27% хлопчиків і 28% дівчаток. Найменша кількість дітей (19% хлопчиків і 21% дівчаток) під час ходьби робили помилки у координації рук та ніг та у положенні голови (11% хлопчиків і 9% дівчаток).

Найбільша кількість помилок при виконанні дітьми бігу спостерігалася у дотриманні ними напрямку руху (у 89% хлопчиків і 87% дівчаток), недостатньо виносили стегно вперед-угору 87% хлопчиків і 90% дівчаток. Неритмічність кроків спостерігалася у 65% хлопчиків і 69% дівчаток, порушений темп пересування у 68% хлопчиків і у 70% дівчаток. У 60% хлопчиків і у 57% дівчаток спостерігається неправильна координація рук та ніг, у коливанні тулубу – у 47% хлопчиків і у 50% дівчаток. Нахиляли голову під час бігу 57% хлопчиків і 54% дівчаток.

Найбільшу кількість помилок зафіксовано при виконанні дітьми метання м'яча. Діти виконували цю рухову дію улюбленою рукою. Отже, помилки при виконанні дітьми метання спостерігалася у великій кількості як хлопчиків, так і дівчаток.

У найбільшій кількості дітей (у 96% хлопчиків і 97% дівчаток) відмічено не координованість рухів. У більше ніж 90% хлопчиків і дівчаток відмічено такі помилки, як неповне випрямлення руки у ліктьовому суглобі (у 90% хлопчиків і 92% дівчаток). Не енергійно виконували кидок 81% хлопчиків і 89% дівчаток, не виконували поворот тулуба в напрямку руки, що кидає предмет 85% хлопчиків і 87% дівчаток. Неправильно виконували замах 78% хлопчиків і 76% дівчаток. Неправильно тримали м'яч 67% хлопчиків і 68% дівчаток. Найменше помилок виявлено у дітей у положенні ніг на початку виконання метання (у 56% хлопчиків і 58% дівчаток).

При виконанні стрибка у довжину з місця у дошкільнят спостерігалися такі помилки: у найбільшій кількості – при приземленні (у 90% хлопчиків і 92% дівчаток), при положенні голови (у 80% хлопчиків і 89% дівчаток) і відштовхуванні ногами (у 84% хлопчиків і у дівчаток – 81% дівчаток). Дещо менша кількість помилок у дітей відмічено у вихідному положенні (у 76% хлопчиків і 80% дівчаток) і злитому виконанні руху (у 74% хлопчиків і 80% дівчаток). Найменша кількість дітей робили помилки у рухах руками під час відштовхування (у 67% хлопчиків і 63% дівчаток) і згинанні ніг (у 48% хлопчиків і 56% дівчаток).

При виконанні лазіння дошкільнятами спостерігали наступне. Не володіли різними способами пересування 79% хлопчиків і 84% дівчаток. Не циклічність виконання рухів при лазінні відмічено у 53% хлопчиків і 58% дівчаток, а у 34% хлопчиків і у дівчаток 36% дівчаток відмічено помилки у виконанні вихідного положення.

Таким чином, найкраще діти володіли ходьбою на початку дослідження (помилки відмічено у 50% хлопчиків і 48% дівчаток зафіксовано помилки при



## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

виконанні ходьби). Найгірше діти володіли метанням (помилки відмічено у 92% хлопчиків та у 90% дівчаток).

В ході дослідження з'ясовано, що середній бал оцінки ходьби у хлопчиків на початку експерименту склав  $2,0 \pm 0,12$  балів, бігу –  $2,1 \pm 0,26$  балів, рівноваги –  $1,9 \pm 0,23$  балів, лазіння –  $2,0 \pm 0,25$  балів, стрибків –  $1,6 \pm 0,19$  балів, метання –  $1,8 \pm 0,25$  балів.

У дівчаток на початку експерименту середні значення оцінки рухів були дещо нижчими, порівняно з хлопчиками. Так, середнє значення оцінки ходьби склало  $2,0 \pm 0,28$  балів, бігу –  $2,0 \pm 0,25$  балів, рівноваги –  $1,6 \pm 0,19$  балів, стрибків –  $1,1 \pm 0,36$  балів, лазіння –  $1,9 \pm 0,29$  балів та метання –  $1,9 \pm 0,21$  балів.

Спрямоване навчання основним рухам сприяло більш якісному засвоєнню основних рухів дітьми.

Отже, порівняно з початком дослідження рівень володіння рухами у хлопчиків наприкінці дослідження покращився. Середній бал оцінки ходьби у хлопчиків наприкінці дослідження склав вже  $2,9 \pm 0,06$  балів, у бігу –  $2,8 \pm 0,11$  балів, у рівновазі –  $2,7 \pm 0,13$  балів, у лазінні –  $2,8 \pm 0,17$  балів, у стрибках –  $2,6 \pm 0,19$  балів та у метанні –  $2,4 \pm 0,17$  балів. Достовірні зміни відмічено в усіх рухах (у ходьбі –  $t=6,71$ , у бігу –  $t=2,48$ , у рівновазі –  $t=3,03$ , у лазінні –  $t=2,65$ , у стрибках –  $t=3,72$ ), окрім метання ( $t=1,98$ ). У дівчаток також відбулися позитивні зміни у володінні рухами, наприкінці дослідження середній бал оцінки ходьби склав  $2,9 \pm 0,16$  балів, бігу –  $2,8 \pm 0,20$  балів, рівноваги –  $2,5 \pm 0,12$  балів, лазіння –  $2,9 \pm 0,08$ , стрибків –  $2,7 \pm 0,17$  балів та метання –  $2,6 \pm 0,19$  балів. Достовірні зміни відмічено у володінні дітьми основними рухами спостерігалися в усіх показниках (у ходьбі –  $t=3,10$ , у бігу –  $t=2,50$ , у рівновазі –  $t=4$ , у лазінні –  $t=3,32$ , стрибках –  $t=4,02$  та у метанні –  $t=2,47$ ).

Таким чином, наприкінці дослідження, кількість безпомилкового виконання основних рухів у хлопчиків і дівчаток після застосування спрямованого навчання склала у 100 % хлопчиків та дівчаток при виконанні ходьби, бігу – у 92 % хлопчиків і у 91 % дівчаток, рівновазі – у 83 % хлопчиків, 82 % дівчаток, лазінні – у 100 % хлопчики, у 99 % дівчатка, стрибках – у 85 % хлопчиків та у 87 % дівчаток, метанні – у 91 %, як хлопчиків, так і дівчаток.

Спрямоване навчання дозволило також досягти підвищення рівня показників фізичної підготовленості дітей. Так, середнє значення хлопчиків у бігу на 20 м на початку експерименту складало  $7,3 \pm 0,09$  с, у дівчаток –  $8,6 \pm 0,11$  с, в стрибках у довжину з місця у хлопчиків –  $74,8 \pm 4,97$  см, у дівчаток –  $72,8 \pm 5,24$  см, у метанні тенісного м'яча на дальність правою і лівою рукою у хлопчиків –  $5,8/4,2 \pm 0,37/0,27$  м, у дівчаток –  $4,4/3,2 \pm 0,27/0,25$  м, у вистрибуванні вгору за 5 с –  $3,4 \pm 0,28$  кількість разів, у бігу 10 м зміною –  $9,8 \pm 0,35$  с, у стійці на одній нозі –  $2,9 \pm 0,81$  с, у згинанні і розгинанні тулубу за 30 с –  $7 \pm 0,61$  кількість разів. Отже, достовірні зміни відмічено в усіх показниках, як у дівчаток, так і у хлопчиків, окрім метання м'яча.

**Висновки.** 1. Застосування методики спрямованого навчання основним рухам сприяло вдосконаленню фізичних якостей у дітей, підвищенню рівня володіння ними основними рухами і дозволило досягти вікових нормативних показників розвитку фізичних якостей не менше ніж у 92-100% дітей. 2. У результаті застосування методики спрямованого навчання основним рухам дітей 4-5 років відмічено достовірний приріст у якості виконання – хлопчиками ходьби та стрибків, а дівчатками лазіння, стрибків та метання. 3. Кількість безпомилкового виконання основних рухів у хлопчиків і дівчаток після застосування спрямованого навчання склала у 100 % хлопчиків та дівчаток при виконанні ходьби, бігу – у 92 % хлопчиків і у 91 % дівчаток, рівновазі – у 83 % хлопчиків, 82 % дівчаток, лазінні – у 100 % хлопчики, у 99 % дівчатка, стрибках – у 85 % хлопчиків та у 87 % дівчаток, метанні – у 91 %, як хлопчиків, так і дівчаток. 4. Наприкінці дослідження достовірно

## I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

збільшилися показники фізичної підготовленості дітей за всіма тестами, окрім метання м'яча.

**Перспектива подальших досліджень.** Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на вивчення та оцінку функціональних показників дітей дошкільного віку під час застосування спрямованого навчання основним рухам.

### ЛІТЕРАТУРА

1. «Малютко» програма виховання дітей дошкільного віку / АПН України; Інститут проблем виховання / З.П.Плохій (підгот.). – 2 вид., доопрац. і доп. – К., 1999. – 288 с.
2. Дитина в дошкільні роки. Програма розвитку, навчання та виховання дітей. – 2-ге видання. – Запоріжжя : ТОВ «ЛІПС» ЛТД, 2004. – 156 с.
3. Програма розвитку дитини дошкільного віку “Українське дошкілля”/ О.І. Білан, Л.М. Возна, О.Л. Максименко та ін. Тернопіль: Мандрівець, 2012. – 264 с.
4. Вильчковский Э.С. Развитие двигательных функций у детей / Э.С. Вильчковский. – Киев: Здоровья, 1983. – 208 с.

### АНОТАЦІЇ

#### ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СПРЯМОВАНОГО НАВЧАННЯ ОСНОВНИМ РУХАМ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Юлія Коваленко, Сніжана Соломоненко

*Запорізький національний університет*

Досліджено вплив методу спрямованого навчання основним рухам дітей дошкільного віку. В ході дослідження з'ясовано, що на початку експерименту найкраще діти володіли ходьбою (помилки відмічено у 50% хлопчиків і 48% дівчаток). Найгірше діти володіли технікою метання (помилки відмічено у 92% хлопчиків та у 90% дівчаток). Середній бал оцінки техніки виконання рухів хлопчиками складав від 1,6 балів до 2,0 балів, у дівчаток – від 1,1 до 2,0 балів. Рівень показників фізичної підготовленості більшості дітей знаходився на низькому рівні. Наприкінці дослідження встановлено підвищення якості засвоєння дітьми рухів і підвищення рівня фізичної підготовленості. Середній бал оцінки техніки виконання рухів хлопчиками складав вже від 2,4 балів до 3,0 балів, у дівчаток – від 2,5 до 3,0 балів. Безпомилкове виконання основних рухів спостерігали у 82-100% хлопчиків і дівчаток. Виявлено достовірні зміни показників фізичної підготовленості дітей за всіма тестами, окрім метання м'яча. Отже спрямоване навчання сприяло більшій якості засвоєння основних рухів дітьми і підвищенню рівня їх фізичної підготовленості.

**Ключові слова:** дошкільники, основні рухи, спрямоване навчання, фізична підготовленість.

#### ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ НАПРАВЛЕННОГО ОБУЧЕНИЯ ОСНОВНЫМ ДВИЖЕНИЯМ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Юлия Коваленко, Снежана Соломоненко

*Запорожский национальный университет*

Исследовано влияние метода направленного обучения основным движениям детей дошкольного возраста. В ходе исследования установлено, что в начале эксперимента более качественно дети владели техникой ходьбы (ошибки выявлены у 50% мальчиков и 48% девочек). Низкий уровень владения детьми отмечен в метании мяча (ошибки выявлены у 92% мальчиков и у 90% девочек). Средний балл оценки техники выполнения движений мальчиками составил от 1,6 баллов до 2,0 баллов, у девочек – от 1,1 до 2,0 баллов. Уровень показателей физической подготовленности большинства детей находился на низком уровне. В конце исследования установлено повышение качества усвоения детьми движений и уровня физической подготовленности. Средний балл оценки техники выполнения движений мальчиками составлял уже от 2,4 баллов до 3,0 баллов, у девочек – от 2,5 до 3,0 баллов. Безошибочное выполнение основных движений зафиксировано у 82-100% мальчиков и девочек. Выявлены достоверные изменения показателей физической подготовленности детей по всем тестам, кроме метания мяча. Таким образом, направленное обучение способствовало более качественному освоению основных движений детьми и повышению уровня их физической подготовленности.

**Ключевые слова:** дошкольники, основные движения, направленное обучение, физическая подготовленность.

### STUDY OF DIRECTED LEARNING BASIC MOVEMENTS PRESCHOOL CHILDREN

Julia Kovalenko, Snezana Solomonenko  
*Zaporizhzhya National University*

The influence of the method of directed learning the basic movements of preschool children. The study found that at the beginning of the experiment qualitatively more children walking owned equipment (errors were detected in 50% of boys and 48% girls). Low level of children registered in throwing the ball (errors were detected in 92% of boys and 90% girls). Average evaluation of technology implementation movements boys ranged from 1.6 points to 2.0 points in girls – from 1.1 to 2.0 points. Level indicators of physical readiness of the majority of children are at a low level. At the end of the study found an increase in the quality of children mastering movements and level of physical fitness. Average evaluation of technology implementation movements boys make up from 2.4 points to 3.0 points in girls – from 2.5 to 3.0 points. Error-free execution of basic movements recorded at 82-100% of boys and girls. Significant changes in the indices of physical fitness of children in all tests, except for throwing the ball. Thus, directed training contributes to a better development of the basic movements of children and improve their physical fitness.

**Key words:** preschool children, basic movements, directed training, physical fitness.

### МЕТОД КОЛОВОГО ТРЕНУВАННЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ

Вікторія Коваль  
*Херсонський державний університет*

**Постановка проблеми.** Специфіка фізичного виховання як навчального предмету полягає в тому, що основними показниками його ефективності є стан здоров'я і рівень фізичної підготовленості учнів.

У цільовій комплексній програмі «Фізичне виховання – здоров'я нації» на 2012-2017 роки підкреслюється велика роль фізичної культури і спорту в духовному та фізичному вихованні, у підготовці молоді до високопродуктивної праці і захисту Батьківщини. Тому сьогодні найбільш актуальним і важливим є пошук нових, науково обґрунтованих, ефективних форм, засобів і методів фізичного виховання, що відповідають вимогам науково-технічного прогресу сучасності.

Однією з таких організаційно-методичних форм, що у останні роки отримала широке використання в фізичному вихованні і спорті, є тренування коловим методом. Воно виникло як організаційно-методичний метод виконання фізичних вправ, що спрямований на комплексний розвиток рухових якостей людей [4].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Організаційно-методичну форму занять фізичними вправами, що відповідає сучасному методу колового тренування уперше застосували англійські фахівці Р. Морган і Г.Адамсон (1952) з метою підвищення зацікавленості школярів і студентів до занять. Вони назвали цей метод «Circuit-training». У подальшому метод колового тренування під назвою «kreistraining» набув широкої популярності в колишній НДР (М. Шолих, 1966) [1] та в інших країнах. В роботі білоруського фахівця І.А.Гуревича [2] наводиться 1500 вправ для колового тренування, які згруповані ознакою їх переважного впливу на розвиток тієї чи іншої рухової якості.

Тренування коловим методом використовується у фізичному вихованні вже більше 30 років, тому його вплив на рівень фізичної підготовленості учнів висвітлений в літературі досить широко і інтенсивно досліджується вчителями в процесі педагогічної діяльності. У наявних літературних джерелах розглядаються, головним чином, організаційні моменти колового тренування і його різновиди підбір фізичних вправ і зміст їх комплексів, особливості проведення колового тренування в