

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

ВИПУСК 13

РІВНЕ – 2022

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2022. Випуск
13. 142с.**

У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

кандидат педагогічних наук, професор Кіндрат В.К.
кандидат педагогічних наук, доцент Ковальський В.В.
доцент Кашуба А.А.
старший викладач Гоголь Т.В.

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Бутенко Т.В. МОТИВАЦІЯ ТА ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗЧНИМИ ВПРАВАМИ.....	5
Василюк В.М., Антонюк П., Григорович О. ПІДВИЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ НА РІВНІ АМАТОРСЬКИХ КОМАНД.....	12
Василюк В.М., Янкавс Ю., Григорович О. ОРГАНІЗАЦІЯ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФУТБОЛУ.....	22
Власюк Г.І. ПОНЯТТЯ ТА СТРУКТУРА АВТОРИТЕТУ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	35
Давидюк І.В. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПРИГОДНИЦЬКИХ ТУРІВ НА ТЕРЕНАХ РІВНЕНЩИНИ.....	43
Дутчак В.В. ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ.....	49
Ковальський В.В., Коблюк Н.А. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ У ДЮСШ.....	54
Миронюк В.І. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ.....	60
Панчук А.П., Панчук І.В., Колешук М.В. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОНЯТТЯ «ФІЗИЧНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ» ЯК ІНТЕГРАЛЬНОГО ПОКАЗНИКА ФУНКЦІОНУВАННЯ ЙОГО ОРГАНІВ І СИСТЕМ.....	69
Чалій Л.В., Репегуха Б.М. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	76

Шелюк В.О., Літвінчук С.О. ОБГРУНТУВАННЯ ФАКТОРІВ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	83
Ярмошук О.О., Бобчук А. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СЕРФІНГІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	92
Ярмошук О.О., Корохова А. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ПЛАВЦІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ.....	107
Ярмошук О.О., Михальчук О. НОВІТНІ ФОРМИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В НУШ.....	115
Ярмошук О.О., Дідух Н. ФОРМУВАЛЬНЕ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ	124
Семенович С.В. МЕТОДИКА ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ СТУДЕНТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ТРЕНАЖЕРІВ	137

Ковальський В.В., Коблюк Н.А.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ У ДЮСШ

Анотація. У статті розкрито організаційно-методичні засади проведення навчально-тренувального процесу в ДЮСШ, що представляє собою спрямовану, дискретну, нелінійну, цілісну і ситуативну взаємодію адміністрації та тренерсько-викладацького складу зі суб'єктами навчання та виховання.

Ключові слова: волейбол, ДЮСШ, навчально-тренувальний процес, організація

Постановка наукової проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Значну увагу держави до виховання молоді в позашкільних закладах приділено в Законах України «Про освіту», «Про позашкільну освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження переліку позашкільних навчальних закладів і Положення про позашкільний навчальний заклад», Рішенні колегії Міністерства освіти і науки України «Про стан і перспективи розвитку позашкільної освіти», в яких наголошено на значущості виховної роботи, з огляду на можливості творчої самореалізації дітей та підлітків, їх інтелектуального, духовного й фізичного розвитку, підготовки до активної професійної та громадської діяльності [7, 8, 9, 10].

Одним з дієвих виховних середовищ є дитячо-юнацька спортивна школа (ДЮСШ) – місце, де можуть відбутися необхідні якісні зміни в людині, яка зростає, формуючи ідеї про себе, певне ставлення до соціальних процесів і явищ, а також асоційований з ними особливий «олімпійський» стиль життя.

ДЮСШ є державним спеціалізованим навчально-спортивним закладом, на яке покладено функції спортивної підготовки дітей, підлітків і юнацтва. ДЮСШ є юридичною особою, фінансується з державного і місцевого бюджетів та інших джерел, які не суперечать законам України.

Право створення ДЮСШ належить органам державного управління фізичною культурою і спортом, освіти, профспілковим

та фізкультурно-спортивним організаціям, федераціям, спортивним комітетам, клубам і приватним особам, організуючим їхню діяльність відповідно до законодавства України.

Проблема виховання учнівської молоді у ДЮСШ була і залишається домінуючою у дослідженнях значного числа фахівців з фізичного виховання (Т.Ю. Круцевич, Л.П. Сергієнко, О.В. Биковська, В.М. Мазін, А.В. Свасьєв, К.В. Царенко та ін.)

Мета дослідження – висвітлити теоретичні засади організації навчально-тренувальних занять з волейболу у ДЮСШ

Виклад основного матеріалу дослідження. На сучасному етапі робота ДЮСШ регулюється низкою нормативних документів, які можна поділити на п'ять груп. Перша група – документи, що регламентують порядок створення, функціонування та розвитку ДЮСШ. До цієї групи віднесемо: постанову Кабінету Міністрів України «Про затвердження переліку типів позашкільних навчальних закладів і положення про позашкільний навчальний заклад»; постанову Кабінету Міністрів України «Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу» (2008 р.); наказ Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту «Про затвердження Положення про надання категорій дитячо-юнацьким спортивним школам» (2009); Наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про затвердження методичних рекомендацій щодо визначення рівня виконання вимог, яким повинна відповідати дитячоюнацька спортивна ппсоло дня одержання відповідної категорії» (2009 р.); наказ Міністерства молоді та спорту України «Про затвердження типових штатних нормативів дитячо-юнацьких спортивних шкіл» (2013 р.).

Друга група – документи, що стосуються планування і організації навчально-тренувального процесу в ДЮСШ, серед яких: наказ Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл» (2015 р.); наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про навчальні програми з видів спорту для спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю» (2012 р.); наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про затвердження Типового навчального плану з видів спорту для спеціалізованих навчальних закладів

спортивного профілю на 2012–2016 навчальні роки» (2012 р.); наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України» (2008 р.).

Третя група – накази, в яких визначаються документальні засади функціонування ДЮСШ, серед яких: наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про затвердження переліку документів, які повинна мати дитячо-юнацька спортивна школа» (2009 р.); наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про затвердження форми звітності № 5-ФК про діяльність дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та Інструкцій щодо їх заповнення» (2006 р.) та ін.

Четверта група – документи, у яких описується порядок підвищення категорій і нормування оплати праці тренерів-викладачів зі спорту. Серед цих документів: наказ Міністерства молоді та спорту України «Про затвердження Порядку проведення атестації тренерів (тренерів-викладачів)» (2014 р.); постанова Кабінету Міністрів України «Про встановлення окремим категоріям працівників спортивних шкіл та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю надбавок за вислугу років та грошової винагороди за сумлінну працю і зразкове виконання службових обов'язків» (2002 р.); Наказ Державного Комітету України з питань фізичної культури і спорту «Про затвердження Порядку виплати щомісячної надбавки за вислугу років і Порядку виплати щомісячної грошової винагороди за сумлінну працю, зразкове виконання службових обов'язків окремим категоріям працівників спортивних шкіл усіх типів та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю» (2002 р.).

П'ята група – документи, у яких описується порядок матеріальнотехнічного забезпечення діяльності ДЮСШ (наприклад, наказ Мінсім'ямолодьспорту «Про затвердження Порядку забезпечення вихованців, спортсменів, учнів (студентів) та тренерів (тренерів-викладачів, інструкторів, вчителів) закладів фізичної культури і спорту спортивним одягом, спеціальним

взуттям, спортивним інвентарем індивідуального користування та встановлення строків їх використання» (2015 р.).

Навчально-тренувальна та спортивна робота з волейболу у спортивній школі здійснюється за навчальними програмами, що затверджуються Міністерством молоді та спорту України, і розроблена на засадах Типового положення про ДЮСШ та СДЮСШОР, затвердженого Постановою Кабінету Міністрів України 5 листопада 2008 р. № 993 (з внесеними змінами відповідно до постанови Кабінету Міністрів України від 30.03.2016 № 218), з урахуванням нормативних документів Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, розроблених на підставі узагальненого досвіду роботи тренерів-викладачів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, фахівців з волейболу та даних наукових досліджень.

Програма складається з двох частин – нормативної та методичної. Нормативна частина визначає основні вимоги до її структури та змісту, віку та чисельного складу вихованців, обсягу навчального матеріалу з окремих видів підготовки - фізичної, технічної, тактичної, ігрової, психологічної, теоретичної та інтегральної, а також з інструкторської та суддівської практики. На окремих етапах багаторічної підготовки наведені рекомендації щодо розподілу навчального часу по роках навчання у системі ДЮСШ і СДЮСШОР, окреслені нормативні вимоги до спортивної підготовки, відбору вихованців та контролю за станом підготовки юних футболістів.

У методичній частині програми визначаються зміст навчально- тренувальної роботи з видів підготовки, обсяг та послідовність її проведення на кожному році навчання у структурі багаторічної підготовки, надаються рекомендації щодо обсягу тренувальних і змагальних навантажень та планування спортивної роботи, а також матеріал з методики проведення навчально-тренувальної та виховної роботи, педагогічного та лікарського контролю.

Основними формами навчально-тренувальної роботи з волейболу у ДЮСШ є групові навчально-тренувальні заняття, тренування за індивідуальними планами, виховні заходи, медико-

відновлювальні заходи, навчально-тренувальні збори, практика суддівства спортивних змагань.

Основним критерієм результативності навчально-тренувальної роботи є участь і досягнення вихованців у спортивних змаганнях з волейболу різного рівня. Навчальний рік у спортивній школі починається з 1 вересня, а річний навчальний план для відділення розраховується на 52 тижні. Для груп початкової підготовки та попередньої базової підготовки передбачається проведення протягом шести тижнів навчально-тренувальних занять в умовах спортивно-оздоровчого табору. Тривалість навчальної години в спортивній школі становить 45 хвилин, а тривалість одного заняття в спортивній школі не може перевищувати:

- двох навчальних годин у групах початкової підготовки;
- трьох навчальних годин у групах попередньої базової підготовки;
- чотирьох навчальних годин у групах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень.

Режим щоденної роботи спортивної школи визначається розкладом занять, що затверджується на навчальний рік директором спортивної школи, правилами внутрішнього трудового розпорядку та колективним договором між адміністрацією спортивної школи та профспілковим комітетом, а у разі відсутності профспілкового комітету – представниками трудового колективу, що обрані та уповноважені ним.

У період канікул у загальноосвітніх навчальних закладах ДЮСШ працює за окремим планом, затвердженим її директором. Адміністрація спортивної школи створює для вихованців, тренерів-викладачів та інших працівників безпечні умови для навчально-тренувальної, спортивної та іншої роботи.

Норми наповнюваності груп відділень з волейболу і тижневий режим навчально-тренувальної та спортивної роботи спортивних шкіл установлюється відповідно до навчальної програми з волейболу. Проект плану комплектування юних спортсменів на наступний навчальний рік подає директор спортивної школи засновникові (власникові) до 1 серпня поточного року для затвердження. Списки вихованців груп відділення волейболу

затверджуються директором спортивної школи за погодженням з її засновником (власником) до 1 вересня, а для груп початкової підготовки – до 1 жовтня поточного року. Протягом навчального року у зазначені списки у разі потреби можуть вноситися в установленому порядку зміни.

Висновки. Організація навчально-виховного процесу в ДЮСШ є діяльністю адміністрації з упорядкування взаємодії між тренерами-викладачами і вихованцями, а також іншими суб'єктами і компонентами виховної системи, результатом якої є: розвиток виховних підсистем, їх перехід на більш високий рівень складності, організованості; розвиток особистості юних спортсменів у напрямку соціально бажаних ідеалів.

Список використаних джерел

1. Биковська О. В. Теоретико-методологічні основи позашкільної освіти в Україні. [монографія] Нац. пед. ун-т ім. М.П.Драгоманова. К. : АЛКОН, 2006. 355с.
2. Ганчева В. І. Аналіз діючого програмно-методичного забезпечення ДЮСШ у системі освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2013. № 7 (33). С. 61-69.
3. Дорошенко Е. Ю. Теоретичні аспекти змагальної діяльності у спортивних іграх. *Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту*. 2006. № 3.С. 19-23.
4. Мазін В.М., Сват'єв А.В., Царенко К.В. Виховна робота тренера-викладача ДЮСШ : методичні рекомендації для курсів підвищення кваліфікації тренерів-викладачів. Запоріжжя : ЗНУ, 2014. 69 с
5. Мітова ЕА, Раковская ИА. Волейбол в системе общих образовательных учебных заведений. *Спортивный вестник Придніпров'я*. 2012. С.84–88.
6. Про затвердження переліку документів, які повинна мати дитячоюнацька спортивна школа : Наказ Мінсім'ямолодьспорту від 13.05.2009 р. № 1591 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/8568>.
7. Про затвердження переліку типів позашкільних навчальних закладів і положення про позашкільний навчальний заклад :

Постанова Кабінету Міністрів України від 06.05.2001 № 443 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/433-2001-%D0%BF>

8. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу : Постанова Кабінету Міністрів України від 5 листопада 2008 р. № 993 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-%D0%BF> (дата звернення: 18.06.2015).

9. Про затвердження Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України : Наказ Міністерства освіти і науки України від 22.07.2008 р. № 676 [Електронний ресурс]. – 10 с. – Режим доступу: http://tourismcenter.if.ua/content&content_id=245.

10. Про фізичну культуру і спорт : Закон України (зі змінами та доповненнями) від 17.11.2009 р. № 1724-VI [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12> (дата звернення: 18.06.2015)

Миронюк В.І.

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

Анотація. За допомогою теоритичного аналізу науково – методичної літератури з проблеми дослідження у статті розкрито та обґрунтовано різнобічний вплив на організм людини, що сприяє гармонійному розвитку особистості.

Ключові слова : плавання, людина, вплив на організм.

Постановка проблеми. Сучасна наука доводить, що проблеми здоров'я та оздоровлення населення виходять за межі охорони здоров'я. Отримано нові наукові матеріали про негативні тенденції в здоров'ї підростаючого покоління, пов'язані з особливостями системи освіти та соціальними умовами [1].

В даний час перед нашою державою достатньо гостро стоять проблеми здоров'я, здорового способу життя та здорового дозвілля. Ці

Наукове видання

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

Звітної наукової конференції викладачів, співробітників і
здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного
університету за 2021 рік, 19-20 травня 2022 р.

Випуск 13

Відповідальний за випуск: Кіндрат Вадим Кирилович

Укладачі: Кашуба Анатолій Анатолійович,

Гоголь Тетяна Василівна

Коректор: Ковальський Володимир В'ячеславович

*У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів,
вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти
галузі фізичної культури та спорту України*

*Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів
фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними
проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного
тренування*

Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2022. Випуск 13.
142с.

Видруковано за підтримки громадської організації «СОМ-ЦЕНТР»